コモ11月号　2009年10月1日発売（毎月1日発売）　第20巻第11号通巻234号　1990年8月20日第3種郵便物認可

いつまでも「きれいなママ」って言われたい！

秋のお買い物がメールオーダーできます

Como［コモ］



いつもとびきりの笑顔が素敵です！
乙葉さん



特別付録
487アイテムが買えます
ファッション・生活雑貨・キッチングッズ
秋のお買い物BOOK

家族で海外なら、ハワイがおすすめ！
コモ選定！**オアフ**のイチ押しスポット！

飾りつけ・パーティーレシピから衣装まで！
「わくわくハロウィン！」しませんか？

「売れるアイテムの作り方」教えます！
コモ手作り部といっしょに、めざせ！バザー完売！

男の子の育て方・女の子の育て方
楽しく「浴育」始めませんか？

コモモデル鮫島友希さんも体験
ママが病気で倒れたら…

新米・旬の素材！ごはんのおいしい秋です！
コウケンテツさんの**秋あじごはん**
わが家の**ギョーザ**はおいしいね！

LOVE LOVE FILE
大倉忠義さん

29才過ぎたら本格シワケアが必要です！
ママのための「シワ対策」

七五三で写真映えする「美人メイク」教えます

3号連続企画！第3弾
お名前入り七五三お祝い扇子 100名さまプレゼント！

早いママはもう決めている！
ランドセル＆机選びを始めよう

おしゃれママブーツの足元ルール大公開！
ふわふわ！もこもこアイテム大集合！

2010年度 コモモデル 大・大募集中！

秋もやっぱり親子でおそろ！

PART1 コモモデルの親子スタイル拝見！
PART2 女の子ママvs男の子ママのおそろテクバトル
甘口アウターvs辛口アウター あなたはどっち？

Kids' Boutique
レイヤードスタイルに挑戦！

11
2009 NOVEMBER

秋！家族でイベント楽しもう！特集号

PCサイト http://www.prebabycomo.c
携帯サイト http://prebabycomo.edia.n

www.shanghaidz.com



うるおい高密度

新しいアクアレーベルは、
どんな肌もうるおいでぎゅっと満たして、
手が吸いつくほど
もっちり弾むハリ肌へ。

肌をうるおいでいっぱいにして
きれいになった女子が、
世界を元気な方へ、よい方へ、
すこしづつ変えてゆけたらすてきだね。

新アクアレーベル、誕生

SHISEIDO
AQUALABEL



アクアレーベル モイスチャーローション (S)(R)(RR)
〈化粧水〉 200mL
感触の好みに合わせて選べる3タイプ

●化粧水・乳液など、従来品にくらべ90%省資源の新包装になりまし

www.shiseido.co.jp/aqua/（携帯電話・パソコン共通） お問い合わせは 0120-81-4710へ（9:00〜17:00/土 日 祝日を除く）

www.shanghaidz.com
蝴蝶网



蝴蝶网 hudie.com
www.shanghaidz.com











蝴蝶网
hudie.com
www.shanghaidz.com

2010年夏のbabyGap & GapKidsモデルを一般募集します。
ご応募はgap.co.jpから！
詳しくはgap.co.jpにアクセス、または2010 babyGap & GapKids
モデルコンテスト事務局 tel 03-3479-2441まで。

baby GAP
GAP KIDS



蝴蝶网 hudie.com
www.shanghaidz.com

蝴蝶网 hudie.com

ソニー損保

ソニー損保の医療保険なら、

医療保障+ガン保障 すっきりひとつに。

こんな医療保険なかったよね。



SURE ベーシック

手頃な保険料でガンに手厚い終身タイプの医療保険。
◎病気(ガン以外)・ケガの入院日額5,000円プランの場合

病気(ガン以外)・ケガの基本保障はしっかり!

入院 日帰り入院から保障 1日につき **5,000円** (1入院60日まで 通算1,095日まで保障)

手術 支払回数無制限※1 手術の種類に応じて **20・10・5万円**

ガンは病気(ガン以外)・ケガの2倍の入院日額!

入院 日帰り入院から保障 1日につき **10,000円** (支払日数無制限)

手術 支払回数無制限※1 手術の種類に応じて **40・20・10万円**

※1 手術の種類によっては60日間に1回のお支払いが限度となる場合があります。

↓ 一生涯をしっかり保障して ↓

●病気(ガン以外)・ケガの保障とガンの保障は重複して支払われません。

◎たとえば、満30歳女性の場合… 保険料は **月額 1,850円**

年齢が上がっても保険料は一生上がりません!

●年齢などの条件によって異なります。詳しくは右の月払保険料表をご覧ください。

SURE ベーシック
■病気(ガン以外)・ケガの入院日額5,000円プラン:
月払保険料表一部抜粋(保険期間・保険料払込期間:終身)

性別	契約可能年齢	契約年齢(満)				
		20歳	30歳	40歳	50歳	60歳
男性	満20歳〜満65歳	1,500円	1,950円	2,750円	4,100円	5,950円
女性	満20歳〜満65歳	1,450円	1,850円	2,500円	3,450円	4,850円

※2 月額のプラス料金は一例であり、年齢などの条件によって異なります。

さらに月額 **+500円**(プラス)でSUREスマートフィットに!※2

SURE スマートフィット

SUREベーシックの保障はそのまま、将来うれしい2つの安心をプラス!

60歳からは2つの安心をご用意!

安心1 月々の保険料が半額になります!※3

◎たとえば、満30歳女性の場合… ■60歳から
月額2,350円 50%ダウン > **月額1,170円**

●年齢などの条件によって異なります。詳しくは右の月払保険料表をご覧ください。

収入の少なくなる老後に賢く備える!

安心2 病気(ガン以外)・ケガでの1入院あたりの支払限度日数が2倍に!※4

将来高まる入院リスクに賢く備える!

1入院あたり **60日まで 2倍 > 1入院 120日まで延長**

ガンでの入院の場合、日数無制限で手厚く保障。

SURE スマートフィット
■病気(ガン以外)・ケガの入院日額5,000円プラン:
月払保険料表一部抜粋(保険期間・保険料払込期間:終身)

性別	契約可能年齢		契約年齢(満)				
			20歳	30歳	40歳	50歳	57歳
男性	満20歳〜満57歳	加入当初	1,600円	2,250円	3,450円	6,000円	9,800円
		60歳から	800円	1,120円	1,720円	3,000円	4,900円
女性	満20歳〜満57歳	加入当初	1,650円	2,350円	3,400円	5,750円	9,400円
		60歳から	820円	1,170円	1,700円	2,870円	4,700円

※3 保障を受けられる方〈被保険者〉の「満60歳の保険始期日応当日」以降分より、保険料が半額となります。※4 保障を受けられる方〈被保険者〉の「満60歳の保険始期日応当日」以降に新たに開始した入院より、1入院の支払限度日数が60日から120日に延長します。

病気(ガン以外)・ケガの入院日額10,000円プランも選べます。

まずは資料請求を。

■通話料は無料! **0800-919919-5**(クイック クイック ゴー)

受付時間 9:00〜22:00(日曜・休日のみ9:00〜18:00) 受付コード 0044-3988

詳しい資料をお送りします。

● 通信販売だから、お気軽に! ▶資料請求していただいた後に、訪問勧誘することはありません。
● 手続きはとっても簡単! ▶お申込の際に医師の診断もいりません。

自動音声受付 0800-919919-0 ●24時間資料請求を受付けております。●携帯電話・PHSからもご利用いただけます。

インターネットも、ぜひご覧ください。

■わずか3項目で、あなたの保険料がわかる!
■医療保険の選び方など、お役立ち情報も充実!

ソニー損保 検索

●インターネットでも資料請求できます。

携帯電話ならこちらから簡単アクセス!

ご注意ください

●健康状態やご職業によっては、お引受けを制限させていただく場合がございますので、あらかじめご了承ください。また過去にガンにかかったことがある方はお引受けできません。●保険始期日は毎月15日を申込書の締切日とし、通常締切日の翌々月1日となります。**また、ガンに対する保障は、保険始期日よりその日を含めて91日目から開始します。90日以前にガンと診断された場合には保険契約は無効となります。**

必ずご確認ください

●契約年齢は、保険始期日時点での満年齢となります。●この保険には、解約返戻金・満期返戻金・契約者配当金などはありません。●本広告の掲載内容は2009年10月現在のものです。●SUREは、傷害および疾病危険担保特約付がん保険に各種特約条項をセットした商品の総称です。●この広告はSUREの概要を説明しています。商品の詳細については契約概要のご説明、注意喚起情報のご説明、重要事項説明書を必ずご覧ください。●お客様にご提供いただいた情報は、お問合せの商品および弊社の他の商品の案内等に使わせていただくことがあります。お客様に関する情報の弊社取扱方針については、弊社ウェブサイト、お客様相談室、重要事項説明書でご案内しておりますので、あらかじめご確認ください。 SZ08-047

ソニー損害保険株式会社
〒144-8721 東京都大田区蒲田5-37-1
アロマスクエア11F

FEEL THE Difference
この違いが、保険を変えていく。

www.shanghaidz.com

Como

[コモ] 2009 NOVEMBER

CONTENTS 11

表紙モデル／乙葉
撮影／舞山秀一　スタイリング／奥田ひろ子（ルブル）
ヘア&メイク／宮本洋平（HAIR DIMENSION 2）

ワンピース 21,000円／smork by Language原宿店　ピアス 2,940円／ヴァンドームヤマダ　ネックレス、リング／本人私物



蝴蝶网 hudie.com

**ママは一家のキャプテン！
家族の健康のためにもまず自分の体を大事にしてね！**

新型インフルエンザの流行が懸念されています。みなさんのおうちではキッズもパパも元気に過ごしていますか？ 家族みんなが健康で毎日を暮らすこと、これがママの願いですよね。そのためにおいしいごはんを作り、生活環境を整え、いっしょにスポーツをする。でも、そんな大黒柱のママが病気で倒れてしまったら……。今月はコモモデル鮫島友希さんの体験を取材しました。いつも撮影現場で明るい笑顔を見せていた鮫島さんを襲った病魔。起きてほしくはないけど、みなさんにも起こりうることなのです。毎日の忙しさについ自分の健康をおろそかにしてしまいがちのママへ。ぜひ、体をたいせつにしましょうね！

★コモ誌面に登場しているのは、すべて実際のママたち。さぁ、今年も彼女たちといっしょに、そして彼女たちに負けずに、自分磨きしていきましょう！



016



033



069

ファッション

010 表紙のママにインタビュー 乙葉さん

014 秋もぜったい！親子でおそろ☆
Part 1 「私たちは@＃☆！つながりでいきます。」Comoモデルの親子OSORO Style!
Part 2 Boy's mama vs Girl's mama 親子OSORO コーデ&テクBattle!

032 「最旬ブーツ」でつくる！ '09秋の正解コーディネート!!



042 ふわふわ！もこもこ！アイテム大集合！

098 秋冬のオシャレは運命のアウター探しから始まる！ 甘口アウターvs辛口アウター あなたはどっち？

104 連載 キッズブティック 重ねて楽しい、季節の到来。 '09Kidsの最新秋冬レイヤードScoop!!

074 3号連続企画 お名前入り 七五三お祝い扇子を 100名にプレゼント！

イベント&レジャー

048 ママも子どももみーんなわくわく♥ 今日はおうちでハロウィンパーティー！

080 家族で海外デビューは断然☆ HAWAIIの最新ショップガイド'09

ビューティー

058 29才過ぎたら本格シワケアが必要です！ 大人可愛いママのための「シワ対策」レシピ

068 もうすぐ七五三！"キレイなママ"でアルバムにおさまりたい！ 写真映えする美人メイク教えます！

プレベビコモ公式
モバイルサイトがOPEN!

QRコードから空メールを送信してね。

www.shanghaidz.com



はくばく
e Kokumotsu Company
50名様
6 Points
釜ゆでかにセット
＋有機野菜詰め合わせ＋国産牛肉
雑穀ごはんを食べて、
豪華食材を当てよう!
150名様
2 Points
国産牛肉
800名様
1Point
有機野菜
詰め合わせ
※賞品写真はイメージです。
いま抽選で合計1,000名様に豪華な旬の食材をプレゼント!
おウチで食べる 秋ごはん！応援キャンペーン
ご好評につき 第2弾
【応募期間】2009年9月1日(火)～2010年3月31日(水)
ケータイから
パソコンから
マムズテーブル
検索
■応募方法
対象商品にあるシールをゲット!
携帯電話もしくはPCの専用サイトにアクセス!
ポイントを貯めて、ゲームにチャレンジしよう!
■対象商品：応募期間中にご購入され、キャンペーンシールが貼付されている商品
NEW
まいにち おいしい 雑穀ごはん
おいしさ味わう 十六穀ごはん (お徳用)
NEW
雑穀クッキングクラブ
(もちきび) (もちあわ) (アマランサス) (キヌア) (もち黒米)
株式会社 はくばく
www.hakubaku.co.jp

Como

［コモ］2009 NOVEMBER

CONTENTS 11



127



117



118

料理のレパートリー増やそ！

126 おいしい新米と旬の素材で！ **コウケンテツの秋あじごはん**

134 子どもが張り切ってお手伝い！ **わが家のギョーザはおいしいね**

145 連載 旬素材が味方です。**飛田和緒さんちの元気をつける「いつもごはん」vol.19**



くらし・家族のこと・子どものこと

112 コモ手づくり部が考えました。**めざせ完売！のバザーアイテムづくり**

118 早めの情報収集＆予約購入が成功のカギ！ **2010年モデル ランドセル＆学習机最新News**

151 育て方は変えるべき？みんなはどう思う？ Comoママ＆専門家の先生と考えた **男の子の育て方 女の子の育て方**

159 お風呂タイムはパパの子育て黄金時間♥ **楽しく「浴育」はじめませんか？**

165 そのとき、子どもは？ パパは？ **ママが突然、病気になったら…** －2008年コモモデル 鮫島友希さん闘病記－

085 連載 植草かっちゃんパパの“君だけに”ズバリ答えます！

087 連載 千秋のロリータ・キャンディ Vol.40

089 連載 松本ぷりっつの「ぷりっつ家は、今日ものほほん」

096 連載 LOVE♥LOVE♥FILE. No.35 大倉忠義さん

187 連載 冒険ファンタジー きむらゆういち「たれ耳おおかみのジョン」

■ 連載

029 FASHION ANTENNA 「パープル」

031 BEAUTY NEWS 「イグニスのスキンケアコスメで お肌も心もうるおう至福のお手入れを！」

056 Comoで新しい自分発見してみませんか？ **2010年 コモモデル＆スナップママモデル 大・大募集**

091 上大岡トメの「常識のアナをふさげ！！」

093 松丸電気へようこそ！

095 コモモデルのわが家のごはん日記

140 冷凍ストックでささっとおいしい幼稚園べんとう vol.6 いろいろな味つけでおいしく食べられる 「魚が主役のべんとう」

168 おしゃべりBOX

172 家族でハッピー★星占い

175 Comoモデル通信

176 ママのテレビ＆シネマ情報 小雪さん

177 ママのMusic情報 THE BOOM

178 ママのBOOK情報 金子エミさん

179 今月号の掲載協力店リスト

180 編集部からのお知らせ＆アンケートのお願い

180 **子どもモデル大・大募集中**

183 **いいものどっさりプレゼント**

184 Comoモデルのデジカメラッチ！

186 読者ネットアンケートクラブ メンバー大募集！

192 THE幼稚園ママライフ成功の掟「幼稚園の先生」

194 THE小学校ママライフ成功の掟「おこづかい」

200 新製品情報＆プレゼント

204 **コモ年間定期購読へのご案内**

206 12月号のお知らせ

■ お役立ち商品＆情報

028 TINKERBELL presents 最新アイテムが勢ぞろい！ Kidsのおすまし秋冬コーディネート！

030 わくわくの「冒険」から、“STAR Kids誕生”のSTORYがはじまります。 めざせ、babyGap & GapKidsモデル★

066 ママのキレイを引き出すソフィーナ ボーテから 乾燥対策のエキスパートが新登場！

075 illume presents 連載02 ビューティー探偵・紘子が大調査！ ママのための「らくらくキレイ☆スキンケア」

078 うちの3姉妹ファミリーが 今年も「ジャルパック」でハワイに行ってきました！

142 「味の素冷凍食品」でつくろ！ かんたん、かわいい“ちょいキャラ”べんとう

特別付録

487アイテムが買えます!!



ファッション 生活雑貨 料理グッズ and more!

秋のお買い物 メールオーダーBook

本文デザイン／家原恵子、近江デザイン事務所、太田玄絵・前原香織（ohmae-d）、神谷昌美、佐藤学（禅）、阪戸美穂、重野全代、島田千代子、遠矢良一、永井秀之、ピカデリー、藤田ツトム事務所、フリッパーズ、三谷日登美、MET、矢代明美、湯本禎子、リッチモンド

★ Como編集部ではファッションスタイリスト、ライター（ともに経験者）を募集中です。くわしくは編集部までお問い合わせください（電話03-5280-7532）。

Ⓒ 主婦の友社2009本誌掲載の記事、写真、イラスト等の無断複写（コピー）、複製（転載）を禁じます。 Ⓡ 本誌からの複写を希望される場合は、日本複写権センター（電話03-3401-2382）にご連絡ください。

蝴蝶网 hudie.com www.shanghaidz.com

蝴蝶网
hudie.com

仲良しのママ友グループで
子育ての悩みを分かち合ったり、
季節ごとにイベントを開催して、
子どもと一緒に楽しんでます！



omo Cover Mama ♥ Otoha

乙葉さん

着物ブランド「乙葉」のプロデュースや
新・メリット」のCMで、
マになってますます活躍中の乙葉さん。
の秋デビュー10周年を迎える心境を伺うと、
デビューしたのが昨日のことのような気持ちです(笑)」
、とびきりの笑顔に。
いつもフレッシュな気持ちと笑顔を忘れない、
輝くママの日常とは？

影／舞山秀一　スタイリング／奥田ひろ子（ルプル）
ア&メイク／宮本洋平（HAIR DIMENSION 2）
材・文／浜野雪江
掲載協力店リストは179ページにあります。

www.shanghaidz.com

右）ツイードジャケット 9,870円、ショー
パンツ（ベルトつき）6,930円、ネックレ
ス 2,100円／以上la Bala（SANYO SH
OKAI）　タートル 5,985円／LD Prime
ピアス 2,940円／SmackyGlam（SAN
YO SHOKAI）

左）ワンピース 7,980円、ネックレス 2,1
00円／以上la Bala（SANYO SHOKAI）
ブーツ 33,600円／rougeloup（MAISON
ROUGE）ピアス／スタイリスト私物

子どもの発想は予想外。一緒にいるのが楽しくてしかたないです

独身時代と変わらぬおっとりと優しいムードで、周囲をなごませてくれる乙葉さん。もうすぐ2才になる娘さんも、ママ似のおっとりさんかと思いきや⁉

「元気いっぱいのおてんばさんです(笑)。さっきまで絵本を見てたと思ったら、次はおもちゃに夢中というふうに、好奇心旺盛で休むことなく遊んでますね。かけっこと体操が大好きで、私も一緒になって走り回っているから、毎日が体力勝負なんです。実は私も昔はすごくおてんばで、娘は小さい頃の私にとってもそっくりなんですよ(笑)」

日に日に言葉が増え、感情が豊かになるにつれ、自己主張も目立ってきたという娘さん。ふいに不安になったとき、ママ友はとても頼れる存在だそうです。

「たとえばイヤイヤがひどいとき、『今こういう状態なんだけど…』って電話をすると、『うちの子も昨日そうだったから、大丈夫!』と言われてホッとしたり。去年知り合った3人のママたちとは、月数回の集まりに悩みを持ち寄って、おしゃべりしながら解決している感じですね。私も今では娘のイヤイヤに動じなくなって、ありったけの笑顔でこちょこちょ～!ってくすぐるんです。すると、娘もなんで怒っていたのか忘れて笑ってしまうみたい」

子育てのかたわら、医療情報番組の司会進行役やCMに出演。マイペースな仕事と子育ての両立が、双方にプラスになっているようです。

「子どもができてから、仕事が大変だとはあまり思わなくなりました。たとえ職場で大変なことがあっても、家に帰って子どもをお風呂に入れたり、ごはんを作るうちに忘れちゃうんです。無意識のうちに、頭を切りかえて集中しているので、毎日が本当にあっという間で。大変なことも、きっとまたたく間に過ぎると思って過ごしています。面白いのは、独身の頃は両親に対して恥ずかしくない仕事をしたいと思っていたのが、その対象が娘にかわったことですね。娘が将来私の仕事を見たときに、納得してもらえるようにありたい。一人の女性として、いつもきちんとした姿勢を見せられたらいいな。そう思います」

そんな乙葉さんの座右の銘は、「人間万事塞翁(さいおう)が馬」。人生にはいいことも悪いこともあり、そのとき大変でも長い目でみれば、その事柄がプラスに転じたり、その逆もあるという格言です。

「この11月でデビューして10年になるんですが、デビュー当時は仕事に関する悩みも多かったんです。でも、振り返るとその経験がすべて今につながっているので、どんなことにも意味があるなと思います。今は娘が小さいので子育てを優先していますが、この先は娘の成長に合わせてペースを変えながら、仕事も家庭のことも、自分が満足できる範囲でできればいいですね」

昨年の七五三で大好評だった、着物のデザインも2年目に突入。今年も豊富なラインナップがそろいました。

「娘の七五三は来年なんですけど、着せたい着物がありすぎて困ってしまって。写真だけでも、2才と3才の両方撮ろうかな(笑)。今年は、"家族みんなで着物を着て写真を撮ろう"をコンセプトに、パパの着物もデザインしたんです。パパたちもぜひ勇気を出して着物を着てほしいですね!」



Otoha
おとは●1981年1月28日生まれ、長野県出身。'07年10月に長女を出産。「ここが聞きたい! 名医にQ」(NHK教育テレビ)の司会進行役や、「新・メリット」(花王)などのCMに出演中。著書『10years ―乙葉ののんびり日記―』(アメーバブックス新社)も好評発売中。オフィシャルブログはhttp://ameblo.jp/otohappy/

hudie.com

蝴蝶网
hudie.com



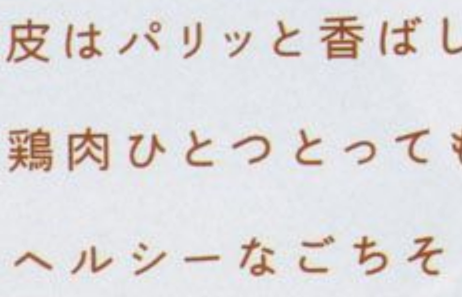
おうち
ごはん
Panasonic Cooking

「水＋光」で焼けば、
※一部の自動メニューに限ります。

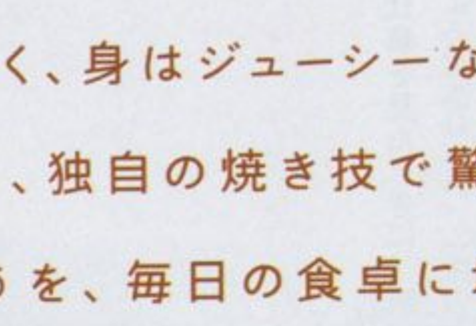
ヘルシー料理は、

もっとおいしくなる。

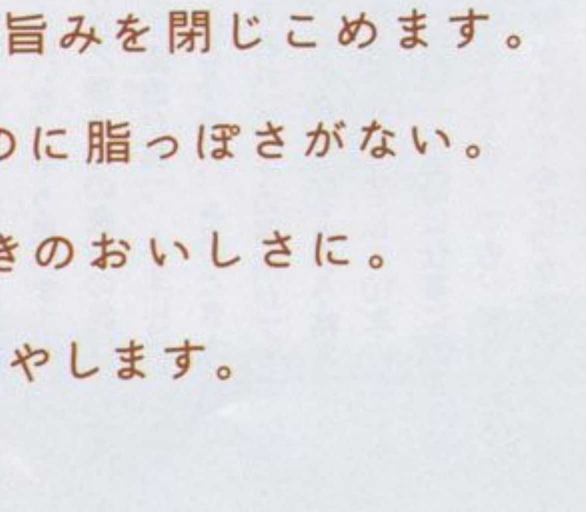
パナソニックは、水（過熱水蒸気）で焼いて脂を落とす
だけではありません。「新・光ヒーターシステム」により、
上下からの圧倒的な火力で焦げ目をつけ旨みを閉じこめます。
皮はパリッと香ばしく、身はジューシーなのに脂っぽさがない。
鶏肉ひとつとっても、独自の焼き技で驚きのおいしさに。
ヘルシーなごちそうを、毎日の食卓に増やします。



予熱なしでこんがりグラタン



揚げずにサクッとヘルシーフライ*



パナソニック スチーム オーブンレンジ
NE-R3200 ●色:-W ホワイト -R マホガニーレッド

new ★★★ 3つ星 ビストロ

*このメニューの調理には過熱水蒸気を使用していません。◎ご使用の際は、必ず「取扱説明書」をよくお読みの上、正しくお使いください。ご購入の際は、必ず「保証書」の記入事項をご確認の上、大切に保管してください。

おいしいニッポンを。
安心を、未来へつなぐ食料自給率1%アップ運動
FOOD ACTION NIPPON
パナソニックは、FOOD ACTION NIPPON を推進します。


Panasonic
ideas for life
蝴蝶网
hudie.com
詳しくは パナソニック株式会社 ホームページで panasonic.jp/cooking

hudie.com



おんなのこだもん、
ピンクがいいの

「娘と女の子っぽくきめたい日は、モノトーンにピンクカラーやフリルやリボンのガーリーなニュアンスを入れる予定。親子でティアードスカートも、黒ならアリ！　ピンクはハットなんかにポイントづかいするだけでも、モノトーンコーデのなかなら十分引き立つ気がします」
●（ママ）リボンニット10,290円、ハット9,240円／以上カイラニ（カイラニ表参道店）ティアードミニスカート12,075円／nano・universe（ナノ・ユニバース大宮）ブーツ36,900円／ファビオ ルスコーニ（ユニバーサルランゲージ渋谷店）（女の子）ジャケット11,235円（4～6才）／Flowers by Zoe（ストンプ・スタンプ）Tシャツ5,460円、ティアードスカート8,190円（各100～120㎝）／以上MILKFED.（X-girl Stages AOYAMA）ボーダータイツ（3枚セット）2,730円／next（next 表参道店）ショートブーツ14,490円／ブランドストーン（こどもビームス）（男の子）ボーダーTシャツ6,825円（80～110㎝）／マリメッコ（こどもビームス）ハット8,295円／チャビーギャング（リトルアンデルセン）

“仁花とは女の子なスイートつながり。
ピンク＆ティアードにキュン♥”

秋もぜったい！
親子でおそろ☆
Part1

OSORO Style!

どんなおそろを楽しもうとしているの？ ——みんなの秋の親子おしゃれ計画、披露してもらいました♥

ASE NY、EASE PARIS、PROPS NOW　●掲載協力店リストは179ページにあります。

蝴蝶网 hudie.com

SWEET & ROCKY MONOTONE

Chiho Nakatsu

“天汰とはロックつながりで★
おそろいブーツは
ニュアンス違いです”



ママ、いっしょに
バンドやろっか?

「モノトーン大好き！ だから親子おそろ
基本モノトーンですね。黒はクールで
甘めにもいけるのもうれしい。秋冬は
子で、好きなゴツめブーツを中心にし
おしゃれを楽しみたいな。男の子中心
考えるなら、ライダースやブロックチ
ックパンツで味つけしたロックおそろ♪
●（ママ）ジャケット22,890円／Fearles
（カイラニ表参道店）ボーダーカットソ
2,730円／next（next 表参道店）デニム
ョートパンツ13,650円／Lee×nano・uni
erse（ナノ・ユニバース 東京）ハートロン
グネックレス11,340円／Marley B. Parke
（カイラニ表参道店）Loveモチーフネック
レス10,290円／GLITZ（カイラニ表参道店
ハイソックス／スタイリスト私物　ブー
ツ22,890円／ドクターマーチン（ドクター
マーチン・エアウエア ジャパン）（男の
子）フェイクレザージャケット8,295円（110
～155cm）／next（next 表参道店）Tシャツ
4,515円～、チェックパンツ9,345円～（各
80～160cm）／以上チャビーギャング（リ
トルアンデルセン）ブーツ10,290円／ド
クターマーチン（ドクターマーチン・エア
ウエア ジャパン）（女の子）ダウンベス
ト5,145円（80～130cm）、デニムスカート
4,095円（90～130cm）／以上Lee（ストンプ・
スタンプ）Tシャツ3,675円（90～110cm・
ネット限定発売）／ila Bambina（ナノ・ユ
ニバース 東京）ボーダーレギンス2,940円
（S～LL）／チャビーギャング（リトルアン
デルセン）スニーカー 4,515円／コンバー
ス（タダスポーツ広尾店）ヘアゴム／スタ
イリスト私物

私たちは@＃☆！つながりでいきます。

Comoモデルの親子

ママ世代だけにゆるされた、とびっきりのおしゃれが「親子おそろ」です。おしゃれの秋＝「親子おそろの秋」！ おしゃれリーダーのComoモデルたちはこの秋、

撮影／馬場のぶよし　スタイリング／仲田佐知子　ヘア＆メイク／川村友子　モデル／中津千穂・天汰・仁花、鮫島友希・鼓太郎、得平真由・一耀、山田里美・真朱、有江真弓・結菜（以上コモモデルファミリー）　撮影協力／AWABEES、

MILITARY FLAVOR

Yuki Samejima

蝴蝶网
hudie.com



なんと☆
コタからラブレター！

“親子でクールめミリタリー。
せっかくの親子デートなら
ママは小物で女らしく♥”

「息子が大きくなってきたので、この秋はあえて親子でデート気分♪ な大人っぽいおしゃれを楽しみたいと思って。なかでもミリタリーなおそろが気になります。アイテムおそろは少しベタな気もするので、カラーでさりげない統一感をもたせて。私はヒールで甘さをミックス！」

●(ママ)ジャケット23,900円／ガネーシュ(ユニバーサルランゲージ渋谷店) キャミソール4,900円／ユニバーサルランゲージ渋谷店 グレーロングニット10,500円、パンプス15,750円／以上URBAN RESEARCH、カーゴパンツ15,750円／RED SEAM(以上URBAN RESEARCH 渋谷店) ロングネックレス5,040円／レイ ビームス(レイ ビームス 代官山) バッグ6,195円／ラバーソウル (ビバ·サーカス) (男の子)ジャケット29,190円、Tシャツ5,145円、デニム14,490円(各95〜140cm)、ブーツ32,340円／以上ディーゼル キッズ(DIESEL KIDS イクスピアリ)

“カラフルおそろが好き。
この秋冬、元気になれる
ヴィヴィッドなダウンを手に入れたいな”

「おそろ大好き♥ よくしているのはカ
ーをなにげに統一させたコーデだけど
この秋冬はあえて色違いのアウターを
るのなんてどうかな、と思っていま
こんな目をひくおそろ、もう少しした
一緒もしてくれなくなっちゃうんだろ
なあ。その前にいっぱい楽しまなきゃ!
●(ママ)ダウンジャケット16,000円／
ネトン(ベネトン ジャパン) チェック
ャツ17,850円／エミスフェール(エミ
フェール 玉川店) Tシャツ／スタイリ
ト私物 ショートデニム21,840円／ME
(栄光商事) ニット帽2,625円／キャセ
ーニ フィフス アベニュー(キャセリーニ
スニーカー 9,975円／ナイキ(タダスポ
ツ広尾店) (男の子)ダウンジャケッ
8,900円(120〜160㎝)／ベネトン(ベネ
ン ジャパン) パンツ840円(110〜155㎝
／next(next 表参道店) ニット帽5,040円
／ハイランド 2000(シップス 二子玉川
店) リュック5,565円／こどもビームス(こ
どもビームス) スニーカー 5,145円／
ーマ(タダスポーツ広尾店)

ママ、チュウしていい?

蝴蝶网
hudie.com



Mayu Tokuhira

COLORFUL
DOWN

チュラルなレイヤードスタイルが定
私たち。秋冬は、いつもほこほこ小
あったか感を演出してます。今年は、
で着たら文句なく可愛いケープやポ
ョが欲しいんです。いつもはナチュ
カラーを選ぶけど、真朱のはカラフ
して、ニュアンスを変えてもいいな」
ママ）ケープ11,550円／ハイランド 20
リラフティ シップス エキュート立川
ブラウス18,900円／シンディー（レイ
ムス 代官山） スカート11,500円／
o·universe（ナノ・ユニバース 池袋）
ーマフ8,400円／ファビオラフィッ
（ムーンバット） ベージュリブタイツ
0円／Blondoll（Blondoll 新丸の内ビ
） ブーツ26,250円／ラバーソウル（ビ
サーカス） （女の子）ポンチョ 8,925
（S ～LL）／ハッカ キッズ（ハッカ）
トルニット5,040円（S ～XL）、イヤ
フ2,940円／以上シップス（シップス
玉川店） スカート11,550円（4才·6才）
ポントン（こどもビームス） タイツ
0円／ドレ ドレ（シップス 二子玉川
ショートブーツ23,100円／トリッペ
トリッペン原宿店）

Satomi Yamada

LOOSE CAPE



ましゅもママも
ハイジだよ♪

“秋冬はほこほこアイテムが必需品。
２人でケープなら心もぽかぽか！”

蝴蝶网
hudie.com

hudie.com

"女の子ニュアンスにグッときてます。
結菜とカラータイツできめても楽しそう！"



あまいものが
だーいすき♥

COLOR TIGHTS

Mayumi Arie

「ふだんはシンプルな服が多いんですが、近ごろはフェミニンなニュアンスが気になって。秋は親子で可愛いスタイルがしてみたいと思ってます。カラータイツのおそろならテイストを選ばず楽しめるのがうれしい。結菜も、おませなコーディネートが似合うようになったなあ」

●(ママ)半袖ニット6,900円、ボーダースカート6,900円／以上ベネトン(ベネトン ジャパン) ニット帽7,875円／フルラ(ムーンバット) シルバーバングル6,825円／ララ&ハート(レイ ビームス 代官山) タイツ1,050円／17℃(17℃ by Blondoll ルミネ北千住店) ビジューつきシューズ24,600円／ファビオ ルスコーニ(ユニバーサルランゲージ渋谷店) (女の子)ワンピース13,650円(120〜140㎝)、ストラップシューズ参考商品／以上Barbie タイツ2,310円／チャビーギャング(リトルアンデルセン) カチューシャ／スタイリスト私物



ROコーデ&テク Battle!

Girl's

ったか可愛いニット帽をおそろいにしたら、コーデは々でもOSOROムードはばっちり！ なかでもボンボンきのボリュームタイプが、インパクト大でイチオシで。足元もスニーカーでそろえれば、パーフェクト♪
（ママ）ボーダータンクトップ1,575円、デニムサロペト4,935円、ニットキャップ3,045円／以上レプシィローリーズファーム（ポイント） パーカ1,990円／UIQLO ハイソックス／スタイリスト私物 スニーカー875円／VANS（ABC-MART） （子ども）ニットキャップ3,045円／ROXY（クイックシルバー・ジャパン） 半そトレーナー3,465円、スカート3,465円（各80～120㎝）以上Ribbon Casket（コンビミニ） タートルカットソ2,940円～（80～160㎝）／KP（ニットプランナー）ニーカー4,095円／コンバース（タダスポーツ広尾店）

今年っぽく親子おそろを楽しむなら、テイスト合わせがイチオシ！ ママはワンピ＋デニムのレイヤードにストールをひと巻き。ガールはポンチョ。アイテムは別でも2人の軸をエスニックにすれば、どこかOSOROニュアンス♡
●（ママ）ニットワンピース5,565円、ストール4,095円／以上グローバルワーク（ポイント） タートルニット3,900円／コムサイズム（ファイブフォックス） デニム15,540円／DEPT WEST サボ9,240円／シャンブルド ニーム 西宮店 （子ども）ポンチョ5,565円（S～M）／ポニー ゴー ラウンド（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店） ワンピース3,990円（110～130㎝）／パープル＆イエロー（ファイブフォックス） ソックス／スタイリスト私物 モカシン4,830円／KP（ニットプランナー）

ナチュラル派なら、この秋はチェックのワンピースを親子でチョイス。同じ色みでもチェックの大きさを変えてあげれば、おしゃれっぽく。あったかイヤーマフもおそろで、遊び心をプラスして♪
●（ママ）ベルトつきワンピース15,540円／トレコトン 代官山店 タートルニット2,990円／UNIQLO イヤーマフ2,625円／グローバルワーク（ポイント） ネックレス16,590円／ニーム ブルミエ・エタージュ 名古屋店 ブーツ27,825円／Fin （子ども）ワンピース10,395円（94～126㎝）／プチバトー（プチバトー ブティック 表参道店） ニットベスト12,390円～（SS～L）／ズッパ ディ ズッカ（ズッカ） イヤーマフ1,995円／グローバルワーク（ポイント） タイツ／1,995円／next（next 表参道店） ブーツ8,295円／メゾ ピアノ（ナルミヤ・インターナショナル）

OSOROキーワード_3
ボンボンつきニット帽

OSOROキーワード_2
エスニックテイスト

OSOROキーワード_1
ナチュラルワンピ

Girl's mama おそろ★Talk



テイストや[illegible]…いろんなOSORO楽しんでます

国米 『親子[illegible]』ってやっぱりかわいいよね-
鈴木 うん！「ママといっしょだ」って、娘もすごく喜ぶし。
中村 ガールズ・ママだと、おそろコーデを幅広く楽しめて楽しいよね。みんな、どんなおそろテクをしてる？
国米 うちはテイスト合わせが多いかなあ。あと**リボンベルト**みたいな小物おそろも。**デニムつなぎおそろ**も便利。
鈴木 私は**カラーおそろ**が多いかも。特に**ピンクアウター**は娘のお気に入り♡
中村 娘が赤いスカートの日に私は赤いスカーフをバッグにくるり、とか。色合わせテクは、やっぱり便利だよね。
国米 それ、アイデア賞～。私は**ブランドおそろ**も好き。今は**deicy**が気になってるの。
中村 うちは親子で**MILK FED.**のファン。
鈴木 **ドットやチェックとか、柄おそろ**も女の子は好きね。
中村 うん。この冬は親子でブーツおそろ、してみたいな♪
鈴木 足元おそろってキュートだよね。**レインブーツおそろ**はママ友にも大好評だったな。冬は**ニット帽**を計画中！
国米 私は**レオパードファー**をさりげにマークしてます♡

蝴蝶网 hudie.com

Boy's vs. Girl's mama

親子OSO

秋もぜったい！
親子でおそろ☆
Part2

6月号で特集した親子おそろ企画が「可愛くて最高です！」と大反響♪ そこで今回は、コモモデル & 読者ママたちの生の声をとり入れた「親子おしゃれテク」トピックスをたっぷりお届け。男の子ママも女の子ママも！ 秋冬は親子でおしゃれにキメましょ♪

撮影／石沢義人　スタイリング／仲田佐知子　ヘア＆メイク／渡辺タエ　モデル／遠藤千紗子・ブライアン、国米麻衣・姫乃、鈴木香吏・冴彩、中村晶子・うた、西久保 愛・耀、林 羽衣子・陸斗(以上コモモデルファミリー)
取材・文／近藤雅子　※サイズは編集部計測。掲載協力店リストは179ページにあります。

Boy's



この秋冬大注目のカウチンニット。OSOROなら、みんなの視線をひとりじめ！ ウッド柄のモチーフもそろえてあげると、可愛さ急上昇です♡ 2人ともぺたんこブーツで力のぬけた着こなしに仕上げるのが断然今年っぽい。
●(ママ)カウチンニット51,450円／ウッズ カナダ(トランテン ジャパン) デニムワンピース16,695円／QUIKSILVER(クイックシルバー・ジャパン) ブーツ19,425円／Fin (子ども)カウチンニット15,750円(110～130㎝)／ウッズ カナダ(トランテン ジャパン) Tシャツ2,800円(110～160㎝)／GapKids原宿 デニム1,990円(110～150㎝)／UNIQLO(一部店舗のみで販売) ブーツ3,045円／VANS(ABC-MART)

OSOROキーワード_6
カウチンニット

注目のプレッピーを親子でとり入れて！ 可愛く見せるには、アーガイルニットやスタジャンなどのスクールアイテムをカジュアルにミックスすること。男の子ママなら、グレーやネイビーをメインカラーにすると、クールな雰囲気が出ます。
●(ママ)ジャケット8,925円、シャツ3,990円／以上パープル＆イエロー(ファイブフォックス) カーディガン3,990円、デニムスカート3,990円／以上グローバルワーク(ポイント) ブーツ29,400円／クッコ ディ マル(ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ) (子ども)スタジャン29,400円(110～130㎝)／ウッズ カナダ(トランテン ジャパン) シャツ7,245円～(110～170㎝)／ブルークロス(ナルミヤ・インターナショナル) パンツ10,080円～(88～126㎝)／プチバトー(プチバトーブティック表参道店) ニットキャップ(バッジつき)4,830円／ワスク(べべ) スニーカー3,045円／VANS(ABC-MART)

あったか可愛いダウンおそろは、この季節ならではのお楽しみ！ ママはジャケット、キッズはベストと形を少し変えると、こなれたイメージにまとまります。色もあえて別々にしたほうが、おしゃれ度はだんぜんアップ！
●(ママ)ダウンジャケット(12月上旬発売予定) 14,700円／グリーンレーベル リラクシング(ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング ラゾーナ 川崎プラザ店) Tシャツ6,195円／ギャンブル フィッシュ 新宿ルミネ店 ショートパンツ5,985円／パープル＆イエロー(ファイブフォックス) ソックス／スタイリスト私物 ブーツ29,400円／マニュ(ジャコモ・リュクス) (子ども)ダウンベスト9,450円～(90～160㎝)／ワスク(べべ) Tシャツ3,570円～(110～130㎝)／KP(ニットプランナー) カーゴパンツ5,880円(80～140㎝)／べべ(べべ) スニーカー3,045円／VANS(ABC-MART)

OSOROキーワード_5
カラーダウン

OSOROキーワード_4
プレッピー

Boy's mama おそろ★Talk



小物やポイントカラーでさりげにOSOROが基本です♪

西久保 親子おそろ。男の子だとやっぱり、洋服より小物や**カラー**がメインだよね？
林 うん！ さすがに息子にフリフリやピンクは着せられないもんー(笑)。
遠藤 スニーカーのブランドをVANSでそろえたり。
林 うちは**コンバースおそろ**だよ(笑)。洋服ブランドだったら、**X-girl**や**グリーンレーベル**がかっこいいなーと思う。
西久保 私は息子が帽子好きだから、ハンチングや**ハット**をそろえてかぶったりしてる。
林 おっしゃれ～♪
遠藤 **カーキやトリコロール…カラーおそろ**も使えるよね。全体のシルエットをタイトにすると色面積が少なくなるせいか、さりげなくまとまる気が。
西久保 なるほど、ワザだね。私は**モチーフおそろ**も好き。2人で部分的に**ボーダー**をとり入れたり、**エンブレム**とか、モチーフをおそろにしたり…。
林 **カモフラ柄**もかわいい。
遠藤 冬はエンジニアブーツや**ダウン**にトライしたいな。
西久保 私はだんぜん、**ライダース**ジャケットや**ムートンブーツ**に注目してる！
林 私もムートン、気になる♡

MOTIF 蝴蝶図!

hudie.com

Girl's

ママの大好きな柄やモチーフ。親子で着れば100倍楽しい♪
今シーズン注目のレオパード、チェック etc…、旬柄を
上手にとり入れて、スタイリッシュにOSOROを楽しみましょ!

大好きキラキラのリボン投入、でおめかしモード♡

ワンピに合わせてのドレスアップ用にはもちろん、デイリーなデニムスタイルにOSOROでとり入れるのも可愛い! ママはシックな黒、キッズはキュートなピンクと、ちょっぴり変化球をねらって。
●(ママ)1,980円/コムサイズム(ファイブフォックス) (子ども),465円/メゾピアノ チュチュ(ナルミヤ・インターナショナル)



OSOROキーワード_10

きらきらリボンベルト

OSOROキーワード_11

ドット

ガーリッシュな水玉柄は分量に配慮して、さりげなく

清楚&キュートな定番ドット柄。キッズは総柄でも、ママはちょっぴりひかえめ部分づかいが正解です。色みも変えるとモアベター。キッズのダウンは、フードのファーが取りはずし可能!
●(ママ)ニット7,900円/ベネトン(ベネトン ジャパン) キャミソール980円/コムサイズム(ファイブフォックス) (子ども)ダウンジャケット10,290円(100~140㎝)/ ROXY(クイックシルバー・ジャパン)





おねえさんムードの〝小花おそろ〟で気分もHAPPY♪

小花柄のティアードフリルが可愛い女の子のブラウスに合わせて、ママもリバティ・小花模様のふんわりスカートをセレクト。2人ともざっくりニットを重ねて、甘さをあえてちょっぴり抑えるのが、おしゃれに見せるコツ♡
●(ママ)小花柄スカート16,590円/ニーム 代官山店 カーディガン10,290円/トレ コトン 代官山店 タートルニット4,095円/ next(next表参道店) ネックレス1,980円/コムサイズム(ファイブフォックス) ブーツ35,700円/キルトジャコモギャラリー(キルトジャコモギャラリー オン ザ ウェーブ) (子ども)小花柄キャミソール2,980円(90~130㎝)/コムサイズム(ファイブフォックス) ハイネックカットソー3,990円(80~140㎝)/べべ(べべ) ファーつきニットカーディガン4,515円、カーゴパンツ1,995円(各90~130㎝)/以上グローバルワーク(ポイント) シューズ4,095円~/ KP(ニットプランナー)

OSOROキーワード_7

小花柄

ちょっぴりおしゃまなレオパードも
部分づかいで可愛くとり入れて!



OSOROキーワード_12

レオパードファー



OSOROキーワード_8

星柄トップス

素材や色を変えて
すっきり着こなしたい!

キッズも大好きな星柄。ポップ柄だからこそ、大きさや色は別をセレクトし、さりげなさをアピール。ママはカットソー、キッズはニット、と素材も変えるとさらにおしゃれ度↑します。
●(ママ)カットソー2,940円/179/WG(ニコル) (子ども)ニット5,800円(110~160㎝)/ GapKids原宿

ママはベレー、キッズはボレロ。レオパード柄のファーはひかえめづかいがコツ。個性が強いから、面積はちょこっとでもおそろ感はしっかりアピール☆ デニムでカジュアルにまとめれば、ママ友ウケも抜群! のおしゃれOSOROが完成です。
●(ママ)ファーベレー2,415円/ジェネリーク(パサージュ ミニョン) ジャケット14,700円/グリーンレーベル リラクシング(ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング ラゾーナ川崎プラザ店) Tシャツ6,930円/ snidel(snidel ルミネ 新宿2店) デニムショートパンツ5,900円/ FLASH REPORT(FLASH REPORT 渋谷店) ブーツ30,450円/クラークス(クラークス ジャパン) (子ども)ファーボレロ16,590円(S~M)、Tシャツ4,095円、デニムパンツ9,345円(各110~130㎝)/以上メゾピアノ チュチュ(ナルミヤ・インターナショナル) シューズ参考商品/ポンポネット(ナルミヤ・インターナショナル)

OSOROキーワード_9

タータンチェック

きちんと感完ぺき! のタータンチェックOSOROなら、おでかけにもぴったり。ママもキッズも大きなボタンづかいが可愛いデザインスカートをチョイス。でも柄は親子でしっかり変えるのが、ベタになりすぎないポイントです。
●(ママ)チェックスカート3,990円、ボウタイつきニット2,990円/以上UNIQLO(一部店舗のみでの販売) タイツ790円/ g.u. シューズ11,340円/ Fin (子ども)チェックスカート4,900円(120~160㎝)/ベネトン(ベネトン ジャパン) カーディガン9,450円~(80~140㎝)/べべ(べべ) タートルカットソー3,360円~(80~160㎝)、ブーツ7,140円~/以上KP(ニットプランナー)



伝統チェック柄でおすまし気分。ね、どこにお出かけする?

親子で柄&

Boy's

ポップな色&チェックで、元気いっぱいの親子スタイルに!



ママも大好きなボーダーは
しまの太さにこだわって!

OSOROキーワード_16

ランダムボーダー

ママのニットはそでが太×身ごろは細ボーダー、キッズのカットソーはランダム。ボーダーOSOROはしまの太さをバラバラにして、動きを出すことが大切です。小物も含めてモノトーンで統一すると、おしゃれっぽい印象に♪
●(ママ)ニット6,900円、ネックレス3,900円/以上ベネトン(ベネトンジャパン) スカート2,900円/e.a.p タイツ/スタイリスト私物 シューズ7,350円/ブライヴ リラクシング(ビバ・サーカス ブライヴ リラクシング) (子ども)カットソー2,980円~、ブルゾン3,900円~(各90~150cm)/以上コムサイズム(ファイブフォックス) デニム4,200円(110~160cm)/GapKids原宿 ブーツ6,720円/ワスク(べべ)



OSOROキーワード_14

カジュアルレオパード

**スタイリッシュなレオパード。
ボーイズだって見逃せません!**

ちょっぴりゴージャスなイメージのレオパード柄。でも、カジュアルアイテムならボーイズでも抵抗なくとり入れられる! キッズはイエローのファスナーがポイントのブルゾン、ママはバッグで、セレブ親子をきどっちゃお!
●(ママ)ナイロンバッグ(高さ24×幅35×マチ12cm) 11,550円/X-girl(X-girl store) (子ども)ジャケット13,440円~(80~120cm)/X-girl Stages(X-girl Stages AOYAMA)



OSOROキーワード_13

アーガイル

おしゃれセンスキラリ☆のアーガイルは最注目!

トラッドなアーガイル柄をキーアイテムにすれば、おしゃれっぽさも鮮度もバツグン! ママはニットに、キッズはパーカのインに投入することで、さりげなく。今シーズンなら、リラックス感のあるパンツコーデが新鮮です。
●(ママ)ニット3,990円、中に着たカットソー1,000円/以上UNIQLO カーゴパンツ6,900円/コムサイズム(ファイブフォックス) パンプス6,195円/NUOVO(ABC-MART) (子ども)ベスト6,900円(120~160cm)/ベネトン(ベネトン ジャパン) パーカ4,095円、チノショートパンツ4,095円(各100~130cm)/以上ランズエンド(日本ランズエンド) スニーカー5,250円/ワスク(べべ)

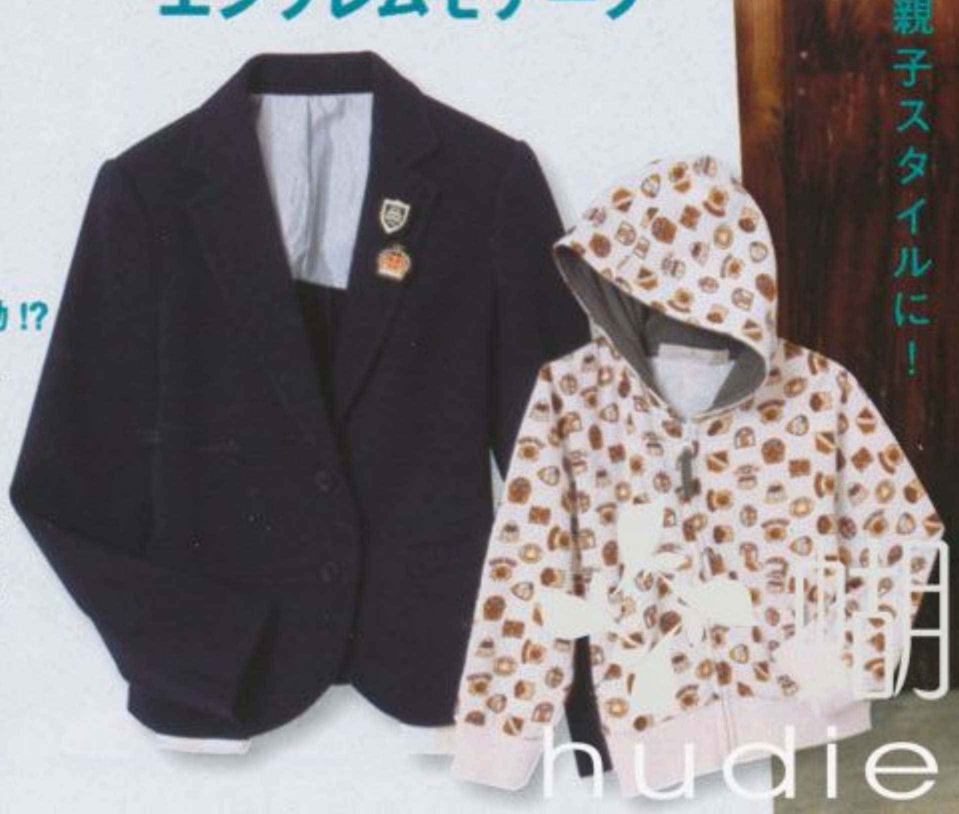


OSOROキーワード_17

カモフラ柄

**小物づかいでラフな
アクセントを作ろう☆**

洋服でおそろにするとちょっぴりハードすぎる印象のカモフラプリントは、小物でのポイントづかいがGOOD。ママのスニーカーは、カモフラとレザーの異素材づかいにシックな表情も漂って。
●(ママ)スニーカー18,295円/コンバース(タダスポーツ広尾店) (子ども)リュック(高さ30×幅20×マチ10cm) 5,880円/ワスク(べべ)



OSOROキーワード_18

エンブレムモチーフ

**よ~く見るとおそろ!の
さりげなさにママ友も感動!?**

トレンドのエンブレムジャケットとつなげて、キッズはエンブレムプリントのパーカをセレクト。ママお気に入りのモチーフに合わせて、キッズアイテムを探してみるのもオススメです!
●(ママ)ジャケット3,990円/UNIQLO (子ども)パーカ1,995円(90~130cm)/グローバルワーク(ポイント)



OSOROキーワード_15

アメカジチェック

ワンランク上のカジュアルおそろを意識するなら、アメカジ気分が満喫できる、ネル素材のチェックがオススメ。素材感がそろっているから、色や柄は別々でも十分。ダウンやカウチンジャケットでスポーツテイストをプラスしてもまた、新鮮です。
●(ママ)ワンピース4,935円/パープル&イエロー(ファイブフォックス) カウチンニット13,440円/DEPT WEST タイツ/スタイリスト私物 ブーツ7,245円/NUOVO(ABC-MART) (子ども)シャツ2,940円、ダウンベスト4,935円(各110~130cm)/以上パープル&イエロー(ファイブフォックス) デニム7,140円(80~160cm)/ワスク(べべ) シューズ4,095円/メレル(タダスポーツ広尾店)

蝴蝶网
hudie.com

おそろ！

おしゃれっぽさなら、BRAND おそろがイチオシ！
おでかけやパーティーで楽しんでいるママも急増中とか♪
いま、親子で楽しめるホットな 10 ブランドをご紹介しまーす。



可愛くってちょっぴりセクシー。『deicy』でドレスアップ♥

カリフォルニア出身、NYのセレクトショップで働くおしゃれな女の子をイメージしたdeicy。フリルやキルティングがキュートなレザージャケットとスパンコールワンピース、エッジィなアイテムで、2人でヒロインを演じちゃいましょ。
●(ママ)レザージャケット50,400円、スパンコールワンピース16,800円、バッグ12,600円／以上deicy(deicy 代官山店)　タイツ／スタイリスト私物　ブーツ30,450円／メダ(モード・エ・ジャコモ)　(子ども)レザージャケット46,200円(105～120㎝)、ニットベレー[illegible]400円／以上Sweet Room/Little Me Couture　スパンコールワンピース10,[illegible]00円(90～120㎝)、バッグ9,975円／以上Sweet Room/Little deicy　ブーツ[illegible]40円／Sweet Room/Rachel

OSOROキーワード_22
deicy



OSOROキーワード_19
ジェラート ピケ

とびきり甘い『ジェラート ピケ』のウエアで、ごじまん OSORO

デザートみたいにスイート♡なお部屋着がコンセプトのジェラート ピケ。まるでマシュマロみたいな肌ざわりのモコモコボーダーパーカは、お外にも着て行きたくなる愛らしさです。
●(ママ)パーカ6,930円　(子ども)パーカ5,880円(90～120㎝)／以上gelato pique(gelato piqueルミネ新宿2店)



OSOROキーワード_20
リボンキャスケット

ママだって着たくなる愛らしさ♡『リボキャス』おそろで最強ラブリー

ガーリィなディテールが光るリボキャスでは、すそや胸元のシフォンフリルがロマンティックなカットソーワンピをセレクト。重ね着しても1枚で着ても、文句なしに可愛い！ おそろコーデが楽しめます。
●(ママ)ワンピース5,145円　(子ども)ワンピース4,095円(80～120㎝)／以上Ribbon Casket(コンビミニ)

Girl's



ポップなサーフテイストがたまらない！『ROXY』で旬のペアルックを満喫

OSOROキーワード_23
ROXY

トレンド×サーフカジュアルのMIX感が絶妙、と人気のROXY。ママはデニムボトムでボーイッシュに、ガールはワンピで女の子らしく。テイストを少しだけずらしてあげると、さりげなさがプラスされて◎!
●(ママ)ダウンベスト12,495円、Tシャツ5,145円／以上ROXY(クイックシルバー・ジャパン)　デニムショートパンツ4,985円／レプシィムローリーズファーム(ポイント)　ニットブーツ5,880円／ NUOVO(ABC-MART)　(子ども)ワンピース6,195円、カットソー4,095円(各100～140㎝)／以上ROXY(クイックシルバー・ジャパン)　ブーツ3,045円／ VANS(ABC-MART)



洗練キュートなストリートカジュアル『MILKFED.』から目がはなせない！

クール＆キュートなデザインがおしゃれママのハートをとらえて離さない MILKFED.。ハート形のキルティングがキャッチーなボアジャケットで、ごきげんおそろいルックを楽しんで。インはあえて親子別アイテムでまとめると、ぐっとこなれた雰囲気♪
●(ママ)ボアジャケット25,200円、Tシャツ7,140円、デニムスカート13,440円、ニットキャップ8,190円／以上MILKFED.(MILKFED. AT HEAVEN2 HARAJUKU)　ミネトンカブーツ19,950円／パープル&イエロー(ファイブフォックス)　(子ども)ボアジャケット17,850円、ワンピース6,930円(各100～120㎝)／以上MILKFED.(X-girl Stages AOYAMA)　ブーツ5,460円／ズッパ ディ ズッカ(ズッカ)

OSOROキーワード_21
MILKFED.

hudie.com

親子で BRAND

Boy's

OSOROキーワード_27

グリーンレーベル

力の抜けたリラクシンなおしゃれは『グリーンレーベル』にキマリ☆



"リラクシング" をコンセプトに、時代の流れをひと足早くキャッチ。オリジナルとインポートアイテムが人気のグリーンレーベル。丸ポケット&マットな光沢が新鮮なダウン&チェックのシャツで、上質親子カジュアルを満喫！

●（ママ）チェックワンピース7,980円／グリーンレーベル リラクシング、キルティングベスト12,390円／スモックショップ（以上ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング ラゾーナ川崎プラザ店） タイツ／スタイリスト私物 ブーツ30,450円／ディーダッシュ（ジャコモ・リュクス）（子ども）チェックシャツ5,460円（95～125cm）、ブーツ4,725円／以上ポニー ゴー ラウンド、キルティングジャケット11,340円（S～2L）／スモックショップ、デニム3,990円（95～135cm）／グリン キッズ（以上ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング ラゾーナ川崎プラザ店）

OSOROキーワード_26

コンバース



大好き『コンバース』でカジュアルコーデを締め！

キッズのカラフルチェックスニーカーは、実はスリッポンで脱ぎはきらくちん♪ ママはシックなブラック。デザインは違っても、完全無欠のフォルムでおそろ感はバッチリ！

●（ママ）スニーカー 10,290円 （子ども）スニーカー 4,515円／以上コンバース（タダスポーツ広尾店）

OSOROキーワード_24

X-girl

ハイブリッドなストリートカジュアルはやっぱり『X-girl』でなくちゃ！



"エイジレスなガーリースタイル"がコンセプトのX-girlの親子おそろなら、カジュアルだってとびきりエッジィ。ママのスタジャン&キッズのプリントTが、注目のスクールテイストをさりげなくアピールします。

●（ママ）スタジャン31,500円、ワンピース11,550円／以上X-girl（X-girl store） ブーツ29,400円／クッコ ディ マル（ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ）（子ども）リバーシブルダウンジャケット16,590円～、Tシャツ5,040円～、デニム10,290円～（各80～120cm）、リバーシブルハット5,040円／以上X-girl Stages（X-girl Stages AOYAMA） スニーカー 4,515円／k・swiss（ムーンスター）

OSOROキーワード_28

ポール・フランク

カリフォルニア生まれの『ポール・フランク』を親子で小粋に着こなそう！



オサルの「ジュリアス」をはじめとしたユーモラスなキャラクターも世界中で愛されているポール・フランク。秋は、ジャケットコーデでプレッピーを意識したスタイルがいちおし。親子ともめがねおしゃれで、気分を盛り上げ！

●（ママ）ジャケット7,140円、シャツ6,090円、スカート7,140円、バッグ9,240円／以上Paul Frank（ナルミヤ・インターナショナル） めがね29,400円／エルエー アイワークス（オプティシアン ロイド） タイツ／スタイリスト私物 デザートブーツ20,790円／クラークス オリジナルズ（クラークス ジャパン）（子ども）ジャケット6,090円（90～130cm）、シャツ5,040円、パンツ3,465円（各80～130cm）、帽子5,040円／以上Paul Frank（ナルミヤ・インターナショナル） めがね25,200円／J.PRESS（オプティシアン ロイド） シューズ3,045円／Hawkins（ABC-MART）

OSOROキーワード_25

プチバトー



『プチバトー』で上品パリ OSORO♡

抜群の着心地とエスプリあふれるデザインが魅力のプチバトー。一見定番のピーコートですが、ママは星柄、キッズはブロックチェック…裏地にこっそりと、遊び心が隠されています♪

●（ママ）ピーコート42,840円、ボーダー Tシャツ9,975円、デニム14,700円、マフラー 3,150円（子ども）ピーコート21,525円～、チノパンツ9,240円～（各94～126cm）、Vニット8,715円～（86～126cm）、ニットマフラー7,875円／以上プチバトー（プチバトーブティック 表参道店）

蝴蝶Ⅹ hudie.com

COLOR おそろ!

コモママ人気のとびきり高かったのが、アイテム & カラー合わせ。
"ママ & キッズ" というキャンバスに絵を描く感覚で
好きな服 & 色を組み合わせるのは最高楽しいから、ぜひトライ！



OSOROキーワード_33

ノーカラージャケット

**クラシカルな
ノーカラージャケットで
レディをきどろう♪**

ノーカラージャケットはきちんと感も強め。だからこそ親子で色や丈を変えて、さりげなさを重視するのが可愛く仕上げるコツです。ボトムはあえてデニムでカジュアルダウンして♡
●(ママ)ツイードジャケット25,200円／snidel(snidel ルミネ新宿2店) カットソー2,625円／179/WG(ニコル) デニム6,930円／パープル&イエロー(ファイブフォックス) ネックレス1,980円／コムサイズム(ファイブフォックス) シューズ9,975円／Fin (子ども)ジャケット4,095円(110～155cm)／next(next 表参道店) リボンつきタートルカットソー4,830円(80～140cm)／べべ(べべ) デニムスカート4,900円(120～160cm)、ベレー1,900円、バッグ3,900円／以上ベネトン(ベネトン ジャパン) ソックス(2枚組)990円／UNIQLO(一部店舗でのみ販売) シューズ5,040円～／KP(ニットプランナー)

OSOROキーワード_34

デニムつなぎ



デニムおそろはひとワザありのデザインタイプが新鮮！

OSORO アイテムの定番といえばやっぱりデニム。みんなと差をつけるなら、トレンドのオーバーオールやジャンパースカートを選ぶのが正解！ ママのタブリエ風デザイン、キッズのまんまるポケットがキュート♪
●(ママ)オーバーオール17,640円／ニーム ド ブルー(シャンブル ド ニーム 仙台店) (子ども)ジャンパースカート8,715円～(94～126cm)／プチバトー(プチバトーブティック 表参道店)



ナチュラル派ママなら一度はやってみたい！ふんわり色合わせ

OSOROキーワード_29

エクリュカラー

アイテムを統一させなくたって、生成色でまとめるだけで十分おそろ。しかも、親子でグラデーションにすれば、こんなにおしゃれなんです。ニット帽やぺたんこ靴など、ナチュラル小物でたくさん盛ると、一層可愛く♪
●(ママ)コート22,890円／トレ コトン 代官山 ワンピース19,950円／プレフェレ(to-Destination) ニットキャップ4,095円／ニーム 代官山店 ネックレス1,995円／179/WG(ニコル) ブーツ29,400円／クラークス オリジナルズ(クラークス ジャパン) (子ども)ムートンベスト5,900円、ニットワンピース4,900円(各90～110cm)／以上GapKids原宿 ニットキャップ4,515円／ズッパ ディ ズッカ(ズッカ) ブーツ3,675円／オシュコシュ(ムーンスター)



星柄×カラフルボーダーのポップな足元に視線集中！

OSOROキーワード_35

すっかり定番になった!? レギンスおしゃれ。親子で柄タイプをチョイスすれば、楽しさも最高潮！ ただし柄はあえて違うものを選ぶのがコツ。コンパクトなアウター&ミニスカで、レギンスを思いきり目立たせて。
●(ママ)レギンス990円／UNIQLO ミリタリーコート12,800円／FLASH REPORT(FLASH REPORT 渋谷店) Tシャツ5,880円／snidel(snidel ルミネ新宿2店) デニムスカート5,145円／パープル&イエロー(ファイブフォックス) シューズ17,850円／リコフェリア(オドゥール・ド・オフェリア) (子ども)レギンス1,995円、Tシャツ3,045円(各80～120cm)／以上Ribbon Casket(コンビミニ) Gジャン4,900円～(90～160cm)／コムサイズム(ファイブフォックス) スカート4,200円～(80～140cm) [illegible] シューズ4,095円～／KP(ニットプランナー)

Girl's

OSOROキーワード_30

ピンクアウター



子どもは部分づかいでさりげにOSOROを!

親子2人でべったりピンクはNG。ママがピンクの無地なら、キッズはポイントカラーでかしこくおそろを意識します。どちらもファーやフードがとりはずせる、便利なデザイン。
●(ママ)ダウンベスト5,990円／UNIQLO (子ども)ニットベスト9,345円(100～140cm)／ROXY(クイックシルバー・ジャパン)

**雨の日だって楽しくなる♪
レインブーツをマーク**

ママはアーガイル、キッズはドット。柄は同じじゃなくても、同系プリントタイプならじわっとおそろ感が。レインブーツおそろは保育園の送り迎えでママ友にほめられた！ という声も。
●(ママ)レインブーツ7,900円／ベネトン(ベネトン ジャパン) (子ども)レインブーツ2,415円／Ribbon Casket(コンビミニ)



OSOROキーワード_32

レインブーツ

OSOROキーワード_31

もこもこボア



あったかスイートなボア。ママはベストで、軽さを意識

ぬいぐるみみたいに可愛いボアだけど、2人してジャケットセレクトはボリュームオーバー。ママはベストでさっぱりと入れましょ。さり気なく配された水玉裏地もチャーミング！
●(ママ)ボアベスト3,990円、Tシャツ2,500円 (子ども)ボアジャケット2,990円、Tシャツ1,500円(以上90～140cm)／以上ライトオン

蝴蝶网
hudie.com

親子でITEM&



定番の3カラーを集めれば、ほら、フレンチ親子♪

ネイビー×白×赤、ベーシックな3色を合わせるだけでおしゃれなトリコロールOSOROが完成。ボーイは、赤をマフラーやバッグなどの小物でとり入れるのが可愛い！

●（ママ）ロングカーディガン5,985円／パープル＆イエロー（ファイブフォックス）シャツ9,345円／ランズエンド（日本ランズエンド）スカート8,900円／ベネトン（ベネトン ジャパン）タイツ／スタイリスト私物 デザートブーツ19,740円／クラークス オリジナルズ（クラークス ジャパン）（子ども）Vニット2,940円、シャツ1,995円（各110～130㎝）／以上パープル＆イエロー（ファイブフォックス）パンツ2,980円～（90～150㎝）、スニーカー3,900円 以上コムサイズム（ファイブフォックス）マフラー2,900円／ベネトン（ベネトン ジャパン）

Boy'

OSOROキーワード_39

トリコロール

OSOROキーワード_36

ハット



マニッシュなハットおそろにボーイズもきっと感激するはず

おしゃれインパクト大のハットがあれば、おしゃれOSOROは即、完成！ママはしなやかな別珍素材のパープルのハット。グログランリボンがシックです。キッズはチェックの縁取りリボンがアクセントに☆

●（ママ）紫ハット1,990円／UNIQLO（子ども）ハット2,520円／グローバルワーク（ポイント）



蝴蝶网 hudie.com

おしゃれママはみんな知ってる！ライダースでクールにOSORO

OSOROキーワード_37

ライダース

ママは光沢のある生地感とハードなスタッズづかいがポイント。キッズはシンプルな黒…と素材や色を少しずつ変えて、メリハリをつけるのがポイント。ボーダーやデニムでカジュアルを意識した着こなしなら、ママ友ウケも◎なハズ。

●（ママ）ライダースジャケット24,150円／ギャンブル フィッシュ 新宿ルミネ店 ボーダーワンピース5,145円／179/WG（ニコル） ネックレス2,940円、チャーム・星2,100円、ラインストーン1,890円／以上DEPT WEST ブーツ30,450円／クラークス（クラークス ジャパン）（子ども）ライダースジャケット10,500円～（90～140㎝）／べべ（べべ） ニット3,900円（90～110㎝）／GapKids原宿 デニム1,990円（110～150㎝）／UNIQLO（一部店舗でのみ販売） スニーカー3,045円／VANS（ABC-MART）

OSOROキーワード_40

ムートンブーツ



「親子でムートンブーツ」に、人気集中！

もこもこあったかなはき心地でキッズも大好き。コモモデルの間で「おそろではきたい!」ととにかく人気だったのがムートンブーツ。ママはシックな濃茶、キッズはカーキでちょっぴりアレンジを効かせたい。

●（ママ）ブーツ5,145円、（子ども）ブーツ3,045円／以上VANS（ABC-MART）

OSOROキーワード_41

カーキジャケット



ミリタリーなカーキで辛口OSOROもカッコイイ！

ママはカーキのコンパクトジャケット、キッズはミリタリーテイストのブルゾン。ラフな印象のカーキも、ジャケットでそろえるとくだけすぎません。足元のカラフルスニーカーで、軽やかさもプラスして♪

●（ママ）ジャケット5,985円／レプシィムローリーズファーム（ポイント） タートルニット5,200円／Gap原宿 デニムスカート8,900円／FLASH REPORT（FLASH REPORT 渋谷店） リュック3,045円／179/WG（ニコル） スニーカー5,775円／VANS（ABC-MART）（子ども）ジャケット5,985円（110～130㎝）／パープル＆イエロー（ファイブフォックス） トレーナー7,140円～（80～160㎝）／べべ（べべ） デニム5,800円（120～160㎝）／ベネトン（ベネトン ジャパン） スニーカー3,675円／VANS（ABC-MART）

OSOROキーワード_38

ファーベスト

今年らしさ満載ファーベストで、最新スポーツおそろ♪

ファーなのに、スポーティデザイン！スーパーおしゃれなベストは、コンパクトだからボトムを選びません。メリハリのきいたカラーリングも、センスいい。

●（ママ）ファーベスト25,200円（子ども）ファーベスト19,950円（フリーサイズ）／以上ファムファタール（セラフィム Div）



最新アイテムが勢ぞろい！

Kidsのおすまし秋冬コーディネート!

遊び心のあるデザインや機能性の高さが魅力のキッズブランド「ティンカーベル」より秋冬の新作が到着！　今季はデイリーから特別な日までフレキシブルに着こなせるラインナップに大注目。

撮影／生田祐介(f-me)　スタイリング／井上裕子
ヘア&メイク／渡辺タエ　モデル／プラトン瑠花　森 慈英
撮影協力／AWABEES



デイリーにも特別な日にも。
"いつでもいっしょ"がうれしいね♪

(右) きちんと感のあるチェック柄ワンピはカットソーを合わせれば普段づかいにもぴったり！ 前開きタイプで着回し度はさらにアップ！●ジャンパースカート10,290円～、タートルネック3,990円～(以上100～140cm)、スパッツ1,995円～ (80～130cm)、帽子3,465円 (S～L)、バッグ3,360円／以上ティンカーベル　靴／スタイリスト私物
(左) シーンを選ばないPコートは1枚あると重宝。子どもにうれしい軽やかなフリース素材も魅力。●フリースPコート9,975円～、シャツ5,040円～、ボーダータートル4,725円～、パンツ4,725円～(以上100～140cm)、ソックス1,155円 (14～22cm)／以上ティンカーベル　靴／スタイリスト私物

Tinkerbell presents for BOYS

上品な雰囲気のなかに、アクティブな魅力がキラリと光るアイテムが大集合。重ね着しやすく、長く使えるものばかり！



高級感のあるダウンベストをプラスして、秋コーデをランクアップ！●ダウンベスト10,290円～(100～140cm)／ティンカーベル



オリジナルのワッペンがいっぱい。秋から春先まで使える、便利な1枚。●ワッペンパーカ7,140円～(100～140cm)／ティンカーベル



羽織ったりインナーにしたり、コーディネートの幅が広がります。●オックスシャツ5,040円～ (100～140cm) ／ティンカーベル

TINKERBELL presents
Fall & Winter Coordinate



とっておきのシャツをカジュアルに楽しもう!

(右) ベーシックなギンガムチェックのオーバーシャツは、着回ししやすいデザインが魅力。デニムもシャツも、ロールアップして楽しむのがおしゃれ。●シャツ5,040円～、中に着たポロシャツ4,725円～ (以上100～140cm)、デニム5,670円～(90～140cm)、バッグ4,410円、スニーカー 5,460円～(13～21cm)／以上ティンカーベル　(左) やさしい印象の小花柄ブラウスは、カジュアルなボーダータートルとも好相性。デニムスカートでさらにカジュアルダウンさせても◎。●ブラウス5,040円～、スカート5,040円～ (以上100～140cm)、ボーダータートル4,410円～(90～140cm)、タイツ2,310円～ (80～130cm) ブーツ6,510円～(13～21cm) ／以上ティンカーベル

Tinkerbell presents for GIRLS

好感度の高い愛らしいシルエットに注目。
1枚あれば、どんなシーンにも対応する優秀アイテムばかりです。



ハイウエストの切り替えで、ふんわりとしたシルエットと動きやすさをプラス。●デニムジャンパースカート7,140円～(100～140cm) ／ティンカーベル



白えりは取りはずし可能。シチュエーションで使い分けてもOK。●綿モダールワンピース9,975円～(100～140cm)／ティンカーベル



コーディネート次第で晴れの場所にも普段づかいにも早変わり！●ハウスチェックスカート8,190円～(100～140cm)／ティンカーベル

shop list

東急百貨店さっぽろ店 8F … ☎011-212-2525
東武百貨店宇都宮店 5F … ☎028-614-5678
小田急新宿店 本館9F …… ☎03-5324-2588
東急百貨店吉祥寺店 6F … ☎0422-20-3873
新潟伊勢丹 6F ………… ☎025-290-6855
富山大和 4F ………… ☎076-407-6830
名鉄百貨店本店 …… ☎052-582-7330
ジェイアール京都[illegible] 7F … ☎075 3[illegible]3-7751
天満屋岡[illegible] … [illegible]
大丸福岡天[illegible]本館[illegible] … [illegible]

上記以外の店舗はこちらのURLでチェック!
www.tinkerbell.ne.jp(PC)　www.tinkerbell.ne.jp/m(携帯電話)

TINKERBELL　お問い合わせ先　ティンカーベル ☎03-6893-0022

hudie.com

hudie.com



●カシミアニット帽18,900円／ナフィ デ ルカ(エミスフェール 玉川店)　ストール(180×70cm) 7,350円／エミスフェール(エミスフェール 玉川店)

ピピッとおしゃれのスパイス効かせて!

FASHION♥ANTENNA

ファッション アンテナ

撮影／金子吉輝　セレクト・スタイリング／仲田佐知子　撮影協力／アワビーズ

●サイズは編集部計測。掲載協力店リストは179ページにあります。

「いつもおしゃれ」って言われるコツ、知ってますか?
それは、流行りのエッセンスをちょこっとだけ効かせること。
いつもコーディネートだって"旬顔"アイテムがあれば、
キュッと格上げするってことです。
アンテナアイテム、チェックしてくださいね。

This Month's KEYWORD!

♥

Purple Color

パープル

カジュアルを一歩上質に。コーデにインパクトを演出する最旬COLOR

今年のトレンドカラーはなんといってもブラック＆パープル！ 圧倒的にモノトーンが格好いいこの秋冬、きゅっと印象的にさしたいカラーがパープルです。

秋冬を中心にもともと人気のカラーですが、クラシックにもモードにもゆるめのテイストにもフィットするパープルには、カジュアルなアイテムを一歩上級に見せてくれる効果あり。肌映りもよく、まさに大人のママ世代に似合う一色なのです。また、ブラウンやベージュなどにも合い、ベースカラーを選ばないのもとり入れやすい理由。まずはお気に入りコーディネートに小物からプラスして上品かつインパクトある着こなしを楽しんで。

人気の花柄ストールなら、春夏からのコーデの延長でプラスしやすいはず。キュートにかぶれるニット帽やワンピなどのいつも服も、パープルならちょっと大人ニュアンス。こちらもおすすめです。



Purple Color

アウターより小物で防寒、が気分です

今年も充実のグローブ類。2WAY手袋はパープルなのにこのカジュアルさ！ ふわふわモヘアヤーンとおばあちゃんが編んだみたいな模様編み＆ポンポンのあしらいにキュン♥ ●3,045円／キャセリーニ フィフス アベニュー(キャセリーニ)

Purple Color

ナチュラルにも辛口コーデにもフィット! のあったかポンチョ

ゆる可愛ポンチョも、パープルカラーでシックに。厚手ニットのタイプはウエストリボンでシルエット調整でき、着やすいのもポイント。手持ちベルトを通す着方も可愛い。●13,800円(参考価格)／ガネーシュ(ユニバーサルランゲージ渋谷店)





Purple Color

いいコちゃん風ワンピをパープル&ツイードで大人仕様に

すとんとしたシルエット＆パッチポケット。ともすれば子どもっぽくなりがちなワンピも、ツイード系素材で大人可愛く。えり開きや七分袖もキレイ。●16,590円／マリン フランセーズ 梅田店

Purple Color

厚手服にじゃらり、で旬&小顔感をアピール♪

トレンドをとり入れやすい大ぶりアクセ。パープルカラーのネックレスは、何種類ものビーズやリボンなど、バラエティ豊かなパーツの質感が、おしゃれさを演出。●2,730円／ uni;que par vert dense





Purple Color

定番バレエシューズをヴィヴィッドパープルに★

目にも鮮やかなパープルを上品スエード素材で締めて。ママ世代の定番靴も、厚着の季節は5cmのちょっぴりヒールがバランスよし！ ●14,175円／ダイアナ ウェルフィット(ダイアナ 銀座本店)

蝴蝶网 hudie.com

お気に入りの服着て、遊びに行こうよ！
わくわくの「冒険」から、"STAR Kids 誕生"のSTORYがはじまります。

★Star Kids Birth Story★

めざせ、babyGap＆GapKidsモデル★



（男の子）ファーベスト3,900円、シャツ3,200円、パンツ4,200円（以上80～110cm）／以上GapKids原宿　（ママ）カーディガン7,800円、シャツ6,800円、オーバーオール12,800円／以上Gap原宿　（女の子）ダウンベスト7,800円、パーカ5,800円、Tシャツ2,600円、パンツ4,200円（以上110～160cm）　ニット帽1,900円、ソックス1,000円／以上GapKids原宿　（ママ）ダウンベスト10,800円、シャツ6,800円、Tシャツ3,200円、パンツ6,800円／以上Gap原宿

最終回
結菜ちゃん＆耀くんの「わいわいピクニックパーティ」Story★

キュートカジュアルを身にまとったキッズたちが、いきいきとポーズをとる「Gap」の広告、気になっていたママも多いのでは？ じつはあれ、日本で行われたコンテストに入賞した子どもたちなんです。つまり、ママの一通の応募が「スターキッズ」への扉をひらくかも…てこと。たとえばこんなふうに。

撮影／松本有隆　スタイリング／田丸奈央子　ヘア＆メイク／川村友子
●掲載協力店リストは179ページにあります。



ゆな～、あきら～！思いっきり遊んでいいよー



そのまえにまずはらごしらえ



フラフープ100回できるよ、みてー



きょうはおもちゃたくさんあるの★



ギターにちょうせん！

ふだんから「親子で遊んだりしています」という有江＆西久保親子。この日は、同い年の結菜ちゃん＆耀くんを連れて、公園へピクニックに。「笑顔いっぱいになってもらいたいから、おいしいおべんとうと遊び道具もたくさん用意」したママたちの目論見どおり、2人は大盛り上がり。いい応募写真が、たくさん撮れたもようです♪



profile
有江真弓さん　結菜ちゃん親子
女の子ママらしい、やさしいカジュアルスタイルが大好きな、2005年度コモモデル親子。6才の結菜ちゃんは、1才の温彩ちゃんのお姉ちゃんでもある。

mama's shot★



うぶ毛や汗まで見える！ アップの一枚をセレクト



profile
西久保 愛さん　耀くん親子
2007年度コモモデル親子。ママはおしゃれも料理もレジャーも…ママ世代の流行りに敏感★ 5才の耀くんには、2才違いの仲良しの姉・麗ちゃんがいる。

mama's shot★



遊び道具でゴキゲン♪ 仲良し2人の満面スマイル

読者ママから、誌面で活躍する立場となったコモモデルたちの中にも、『Gap』のキッズモデルコンテストのことをチェックしている人がたくさん。「店頭の告知で見て、『あんなに可愛い写真を撮ってもらえるなんていいなあ』とは思っていたんですが、スナップ写真で応募できちゃうなんて知らなくて。うちの子のことも撮影して、応募してみたいなあ」という西久保さんが、先輩コモモデルで仲良しの有江さん親子を誘って、お出かけ。ピクニックがてら、子どもたちの可愛い笑顔を撮影することにしました。「もともと子どもの写真はたくさん撮るんです。で、本当に可愛い表情が撮れたらきちんとプリントして残すようにしていて。結菜が赤ちゃんのときも、そんな写真でベビー雑誌に応募して、掲載してもらったんですよ。なつかしいな」と有江さん。「なんにもない日でも写真は撮りますよ。いろんな表情を撮っているとね、『まつ毛がふさふさ！』とか、ほっぺのふわふわ…とかいろんな発見ができて、楽しいし」。

このあと子どもたちの様子をめいっぱい撮影した2人。応募写真が、選考に残るといいですね！

「2010 babyGap＆GapKids モデルコンテスト」News!

コンテスト入賞者は、CDに参加できます★

コンテスト入賞者は、世界的フォトグラファー、ステファノ・アザリオ氏撮影によるGapキャンペーン広告写真と雑誌への出演が予定されているほか、今回はなんと、avex traxのレーベル「Baby Jazz Records」から来春発売されるアルバムに、コーラスや楽器での参加＆ジャケット出演のチャンスが★ ますます楽しみです。

●コンテストへの応募は下記サイトにて、11月10日までの期間受け付け中！
http://gap.co.jp/star



2008年12月にリリースされたクリスマスアルバム『Baby Gift』（エイベックス）



ママのキレイをググっと底上げ

BEAUTY♥NEWS

ビューティー ニュース

撮影／大嶽恵一　●掲載協力店リストは179ページにあります。

日一日と秋の深まりを感じる今日この頃。冷たい風に吹かれてちょっぴりカサつき気味のお肌は、こんな癒し系コスメでやさしくケアを。心地いい香りに思わずうっとり!

今月のイチ押しコスメ

♥

イグニスのスキンケアコスメでお肌も心もうるおう至福のお手入れを!

毎日のケアが最高のリラックスタイムに!

こんなにも心地よくケアができるなんて!と、思わず感動してしまうのが、イグニスの新スキンケアコスメ。とろけるように広がるなめらかなテクスチャー、心をときほぐすやさしいハーブの香り…。お肌をたっぷりのうるおいで満たし、活力を与えてくれるだけでなく、深いやすらぎで包み込み、幸せ感でいっぱいにしてくれるのです。まさに癒し系コスメの代表選手、イグニスの真骨頂! 毎日のお手入れが楽しみになることまちがいなしです。

【イグニス】

(前列左から)ラベンダー配合のジェル状朝用クリーム。一日中乾き知らずの肌へ。●モーニングアロマ クリーム 30g 5,250円、眠っている間に肌をなめらかに導く夜用クリーム。●ナイトリィモイスト クリーム 30g 6,300円、(後列左から)乾燥肌の人に超オススメ! 泡立たないタイプのクリーム洗顔料。●トリートメントウォッシュ クリーム 120g 3,675円、お茶エキス配合の乳液で、肌にうるおいとハリを。●ティー ミルク 200g 5,250円／イグニス

今月の注目アイテム



〔スキンケアライン〕

はずむようなハリを体感。エイジレス肌を目指せ!

医療技術を応用した最新技術により、美肌成分が肌の奥深くまで浸透。肌年齢を司る"基底膜"に働きかけて、ハリのある若々しさを作り出します。●(左から)エクセルーラ パワーローション 150ml 2,940円、エクセルーラ デリバリーエッセンス 50ml 3,990円、エクセルーラ パワークリーム 40g 4,725円／佐藤製薬



〔アイクリーム〕

乾燥&シワにサヨナラ。−5才の目元を実現

コクのあるクリームが目まわりの肌を包み込み、しっとりふっくら! 添付のスプーン(陶磁器製)を使って目元に圧をかけ、血行を促す"鮎圧美容"もオススメ。●センシエンス バイタラクティブアイポット 30g 10,500円(医薬部外品)／アユーラ ラボラトリーズ



〔ハンドソープ&ボディウォッシュ〕

95%以上が天然由来! 注目のナチュラルコスメ

保存剤や石油由来原料不使用だから、地球にも肌にもやさしい。ミルクの甘い香りとクリーミーな泡立ちで、うるおいを逃さず汚れを落とします。●(左から)バーツビーズ ミルク&シアバターハンドソープ 222ml 1,470円、バーツビーズ ミルク&シアバターボディウォッシュ 354ml 1,890円／ビーズ・インターナショナル



〔クリームファンデーション〕

エイジングケア発想のファンデが登場!

保湿成分セラミドや、肌につやを与えるローヤルゼリーエキス、コラーゲン保護成分などを[illegible]に配合。メイクしながらエイジングケアを。全4色。●[illegible]バイタリフト クリーム ファンデーション SPF20/[illegible]／ロレアル パリ(10月9日発[illegible]



〔美容液〕

肌の砂漠化を阻止! はずむような"貯水肌"へ

植物の力を結集した"ラクトアロマ成分"が肌をたっぷりのうるおいで満たして長時間持続。4種のエッセンシャルオイルをブレンドしたフレッシュアロマの香り[illegible]●ニュクス クレーム フレッシュ セラム 30[illegible]720円／ブルーベル・ジャパン

蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

ションをスタイルアップ!!

でつくる!

ディネート!!



これからの季節のおしゃれに欠かせないブーツ！　これさえとり入れれば、今年らしいスタイルが完成する厳選ブーツを大公開。トレンドブーツのセレクトポイント、コーディネートのポイントなど、ブーツが主役の秋冬スタイルをお届けします。

撮影／生田祐介（f-me）　スタイリング／田丸奈央子　ヘア＆メイク／川村友子
モデル／小田志津香　前野千代子　山口裕子（以上コモモデル）
●掲載協力店リストは179ページにあります。
※ブーツのカッコ内はヒールの高さ・筒丈の長さ（編集部調べ。ニーハイブーツの筒丈は折り返した状態で計測）

●ブーツ31,500円（8cm・41cm）／モザイク バー エーボンブ（モード・エ・ジャコモ）　ニットワンピース17,850円／ハリス　マフラー5,800円／ベネトン（ベネトン ジャパン）

おさえておきたいのは
この7タイプ！

'09 A/W BEST7 ブーツはこちら！

定番ブーツから旬ブーツまで、おさえておきたい7タイプが大集合！ うまくとり入れて、旬なコーディネートを完成させましょう♪



01

ウエスタンブーツ

1足はほしい注目ブーツ！（右）●ブーツ30,450円（5cm・37cm）／マニュ（ジャコモ・リュクス）（左）●ブーツ8,925円（3cm・35cm）／メリクリップ（ブレスアップ）



02

ニーハイブーツ

ミニ丈ボトムスとの相性はバツグン！（右）●ブーツ14,490円（2cm・42cm）／デア ディア（デア ディア 渋谷店）（左）●ブーツ 30,450円（7cm・41cm）／卑弥呼



03

エンジニアブーツ

ミドルとロングの2タイプが主流。（右）●ブーツ25,000円（3cm・42cm）／ベネトン（ベネトン ジャパン）（左）●ブーツ19,950円（4cm・28cm）／unity（モーダ・クレア）

ブーツを主役に秋冬ファッ

最旬ブーツ

'09 秋の正解コー



蝴蝶网
hudie.com



07

美脚ブーツ

ほっそりと女性らしい足元づくりに欠かせない！　今年はディテールにこだわったものに注目。●ブーツ32,550円（10cm・38cm）／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）



06

ムートンブーツ

コロンとしたシルエットで、コーディネートのはずしとしても大活躍。ノーヒールで楽ちんなのも◎。●ブーツ9,870円（0cm・21cm）／congés payés ADIEU TRISTESSE



05

フリンジ ショートブーツ

流行のボヘミアンスタイルにはもちろん、カジュアルなデニムスタイルにもしっくりはまる万能ブーツ。●ブーツ11,550円（1cm・12cm）／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）



04

乗馬ブーツ

楽ちん＆シンプルで合わせやすい乗馬タイプはママたちの大定番。●ブーツ29,400円（4cm・39cm）／クッコ ディ マル（ギルドジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ）

タイプに合わせてチャレンジ！

今年大ブレイクのウエスタン。初心者ママにうれしいシンプルなものから、デザイン性の高いタイプまで、豊富なラインナップで登場！

きれいめウエスタンセレクト *Point*

- ウエスタン初心者さんもチャレンジしやすい無地が◎
- 控えめデザイン。普段スカート派のママに特におすすめ



くたっとした質感がクールな印象。ふくらはぎをカバーする丈ですっきりとした足元を演出。●21,000円（6cm・37cm）／jaser（モーダ・クレア）



柄タイツなどのレッグウエアと楽しみたいショート丈。無地に映えるグリーンのステッチがさりげなくおしゃれ。●15,540円（5cm・21cm）／Fin



表面のさりげないニュアンスに注目。ありそうでない落ち着いた色みのブルーも新鮮！●31,290円（8cm・29cm）／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）



モノトーンなコーディネートにぴったりなホワイト。秋冬こそ、あえて白をチョイスするのがおしゃれ上級者。●4,990円（7.5cm・22cm）／CANDISH



とり入れやすいミドル丈。ウエスタン初心者ママもチャレンジしやすいシンプル設計。●27,300円（6cm・32cm）／ベンナ（ハーモニープロダクツ）



ダークになりがちな秋冬コーデのさし色に。まわりと差をつけたいおしゃれママに。●27,090円（9cm・33cm）／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

蝴蝶网
hudie.com



01
フェミニンな雰囲気にも調和する控えめさが◎
きれいめウエスタン
Western Boots

プリントワンピにはまる上品ウエスタン！

大人っぽさただよう、レザー×スエード異素材ブーツ。柄ワンピともうまく調和する頼もしい1足。●ブーツ 30,450円（5cm・37cm）、バッグ21,000円／以上 マニュ（ジャコモ・リュクス） ワンピース25,200円／ハリス ファーベスト9,975円／リューデ ベー ネックレス3,900円／ボナジョルナータ（ファイブフォックス）

Otherstyle **同じブーツで着回し！**



ジャケットスタイルのスパイスに

上品なティアードスカート×ジャケットスタイルにパンプスでは物足りない！？ きれいめウエスタンで手早く今年らしさをプラス！●ブーツは同じ。ジャケット9,345円、スカート9,345円／以上 next（next 表参道店） ストール1,000円／UNIQLO



カジュアルなスカートスタイルのワンポイントに

デイリーの定番・デニスカスタイルもきれいめな仕上がりに。●ブーツは同じ。ロングカーディガン7,980円／メルローズ クレール カットソー1,995円／アンダーカレント（ポイント） スカート9,900円／ベネトン（ベネトン ジャパン） ストール7,350円／グレンプリンス（HUMAN WOMAN） バッグ26,250円／マニュ（ジャコモ・リュクス）

注目度はNo.1! 秋冬のトレンドを おさえたいママのマストアイテム。「ウエスタン」は



イノセントなワンピにお似合いな刺しゅうウエスタン!

01
選ぶなら"主役級"のお目立ちブーツ!

デザインウエスタン

Western Boots

白ワンピ×刺しゅうブーツで、ボヘミアンテイストをミックスさせた新感覚のナチュラルスタイル。●ブーツ8,925円（3cm・35cm）／メリクリップ（ブレスアップ） ケープ12,600円／ル シェル ド ハリス（ハリス） ワンピース29,400円、バッグ 14,700円／以上 ADIEU TRISTESSE Tシャツ1,500円／UNIQLO ネックレス1,900円／アンラシーネ

デザインウエスタンセレクト *Point*

- トレンドに敏感な、主役級ブーツをねらうママに
- 同系色の飾りなど、控えめデザインで大人っぽさを意識！



フロント＆バックの蝶のステッチに視線集中！ デニムとも好バランス。●16,800円（8cm・30cm）／ジェネリーク（パサージュ ミニョン）



ほどよいニュアンスのメッシュ仕立て。ボトムスを選ばないブラック。●29,400円(5cm・29cm）／ディーダッシュ（ジャコモ・リュクス）



表面の細やかな模様がじまんの1足。●24,150円（6.5cm・28cm）／クッコ ディ マル（ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ）



フリンジがハードな印象のウエスタン。甘めスタイルのはずしアイテムとしても大活躍の予感。●20,790円（5cm・27cm）／イング（オギツ）



白ウエスタンならパステル系のコーデにも合わせやすく、春先まで使えそう。●7,245円（8cm・35cm）／NUOVO（ABC-MART）



ずらりと並んだポップな星柄がキュート！ トレンドのフリンジつきで、遊び心の詰まった1足。●19,425円（3.5cm・25cm）／Fin

Other style

同じブーツで着回し！



ワンデニ＆ウエスタンの秋冬黄金コーデ

チェック柄が目をひくアメカジルックの引き立て役にも。ワンデニ＋旬ブーツは秋冬の最強スタイル！●ブーツは同じ。シャツワンピース23,100円／エミスフェール（エミスフェール 玉川店） デニム13,650円／Queen' s Low（ボブソン） ストール8,925円／ガゼル（HUMAN WOMAN）



トレンドをおさえたワザありコーデ

ハーフパンツに合わせて今年らしい着こなしを。ベーシックカラーのコーディネートに好相性なキャメル色もGOOD。●ブーツは同じ。ジャケット3,045円／ペンズ ネック カットソー3,990円／メルローズ クレール ハーフパンツ4,515円／アンダーカレント（ポイント） ネックレス64,050円／ジーオ（エミスフェール 玉川店）

蝴蝶 hudie.com

折り返しOK!

旬ミニボトムは「ニーハイ」とベストコンビ！

折ってのばして、レングス自在の2WAYブーツが大流行！ 旬顔のミニボトムスとのバランスキープが秋冬のおしゃれのカギに。

02
脚長効果ナンバー1ブーツ！
ヒールありニーハイ
Knee high Book



のばしてはくと…



レングス自在ブーツで女性らしい足元の完成！

ミニ丈ワンピには ニーハイ丈で露出を調整

甘い印象になりがちなミニ丈ワンピース。レングスをのばして露出をおさえれば、大人っぽくまとまります。●ブーツは同じ。ワンピース9,975円／フレンチ コネクション（フレンチ コネクション 表参道） タートルカットソー3,675円／ドゥファミリィ ネックレス6,900円、バッグ6,900円／以上ボナジョルナータ（ファイブフォックス）

ミニスカ×ロングブーツの黄金コンビ。今年は1足で2度おいしい、折り返して表情が変わるニーハイと楽しむのが気分。●ブーツ 30,450円（7cm・41cm）／卑弥呼 ニットジャケット13,440円／ドゥファミリィ スカート3,990円／UNIQLO（一部の店舗のみ） ストール2,900円／アンラシーネ バッグ7,980円／メルローズ クレール

02
楽ちん＆脚長の2つの願いがかなう
ぺたんこニーハイ
Knee high Book



ローヒールならカジュアルパンツとも好相性♪

カジュアルスタイルにはまるぺたんこタイプ。元気な印象のハーフパンツも、ニーハイなら子どもっぽくならない。●ブーツ14,490円（2cm・42cm）／デア ディア（デア ディア渋谷店） カーディガン10,920円／congés payés ADIEU TRISTESSE ブラウス11,340円／トレ コトン 代官山店 パンツ4,935円／レプシィムローリーズファーム（ポイント） ネックレス1,365円／next（next 表参道店） バッグ3,990円／アクシーズファム（アイジーエー）

折り返してはくと…

レングス調整で ボリュームダウン！

重くなりがちなニットワンピの日は、レングスを調整して軽やかな足元に。●ブーツは同じ。ニットワンピース5,985円／グローバルワーク（ポイント） ストール10,500円、バッグ8,400円／以上 キース（ルック）

ニーハイは 柄ボトムスで カジュアルダウン！

素材や色によってはハードな印象になりがちなニーハイブーツ。トレンドの柄ボトムスでカジュアルへシフトさせるのが今年っぽい！



子どもっぽく見えがちなショートパンツも、トレンドカラーのパープルでランクアップ！●ショートパンツ13,440円／ニーム 代官山店



1枚あると重宝する、ベーシックなチェック柄。ニーハイと楽しむのに最適なひざ上丈。●スカート3,990円／UNIQLO（一部の店舗のみ）

ぺたんこニーハイ catalog



はき口に配したニットでほっこりとした足元に。●29,400円（3cm・40cm）／フローチェ（ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ）



back



シワ加工が目をひくクールな1足。バックはファスナーつきで、着脱しやすいのもうれしいポイント。●35,700円（3.5cm・39cm）／卑弥呼



back



レースアップでバックスタイルも可愛くきまる、ワザありデザインに注目！●24,990円（2cm・43cm）／ダイアナ（ダイアナ 銀座店）



ボトムスを選ばないシンプルさが◎。長すぎず、使いやすい丈も魅力。●27,300円（1cm・39cm）／レ ロリータズ（ビバ・サーカス）

ヒールありニーハイ catalog



おしゃれ度がグッとアップするオフホワイト。フェミニンなスカートスタイルにベストマッチ間違いなし！●27,825円（7cm・44cm）／Fin



back



チョコレートカラー、リボンなど、レディな表情のスエードブーツ。●25,830円（9cm・38cm）／MK ミッシェル クラン（モーダ・クレア）



スエード×レザーの異素材コンビ。同系色のバックルなど、さりげない主張が光る1足。●33,600円（7.5cm・42cm）／23区（オギツ）



足首がシェイプされたデザインで、細見せ効果大！ バックルもポイント。●38,850円（8cm・40cm）／スタイル ラボ（シンエイ）

蝴蝶网
hudie.com

おしゃれママの新定番!?

甘辛ボトムス両方に効く！「エンジニア」

ボリュームのあるメンズライクなエンジニア。今年は甘めスタイルのはずしアイテムとして楽しみ方に目が離せない！



Sweet!

03
重厚ブーツでスイートスタイルをクールダウン
ロングエンジニア
Engineer Boots

甘口ワンピはロングエンジニアでクールダウン！

Cool!

ブーツINしてとことん辛口に

ロングニット×スキニーでIラインを意識。定番のデニムスタイルも、ロングエンジニアをとり入れるだけで今年らしい表情に。●ブーツは同じ。ロングニット3,990円／UNIQLO（一部の店舗のみ）　パンツ15,750円／ラ・エフ　ストール3,900円／ボナジョルナータ（ファイブフォックス）

甘辛MIXでエンジニアを楽しむのが今年の主流。●ブーツ25,000円（3cm・42cm）／ベネトン（ベネトン ジャパン）　ワンピース18,900円／ADIEU TRISTESSE　カーディガン4,410円／レプシムローリーズファーム（ポイント）　デニムスカート19,950円／サキュウ（タンデム）　ネックレス2,625円／ジャムベリー（パサージュ ミニョン）　バッグ6,825円／ドッツ・オン・ドッツ（メゾン ルージュ）



03
ほどよいボリューム感で今年らしい足元に！
ミドルエンジニア
Engineer Boots

ミドルエンジニア×光沢ワンピでスパイシーに

Cool!

Sweet!

ブーツではずした"大人顔ナチュラル"

やさしいイメージのナチュラルスタイルは足元ではずし、テイストMIXを楽しんで。●ブーツは同じ。コート24,150円／congés payés ADIEU TRISTESSE　ワンピース4,935円／アンダーカレント（ポイント）　中に着たスカート15,540円／ニーム 代官山店　ネックレス6,930円／リュー デ ベー

ミドル丈はタイツ選びの楽しみも。ワンピとブーツはラメタイツでつないで、とことんかっこよく！●ブーツ19,950円（4cm・28cm）／unity（モーダ・クレア）　ワンピース29,400円／ハリス　ネックレス3,990円／アクシーズファム（アイジーエー）　バッグ6,825円／ドッツ・オン・ドッツ（メゾン ルージュ）　タイツ2,100円／靴下屋（タビオ）

ハードなエンジニアはプリントレッグウエアでつなぐのがカギ！

辛口になりすぎないよう、柄タイツでつなぐのがミソ。今シーズンはレッグウエアブームの予感!? 豊富なラインナップに注目です。



透け感のない厚手タイプはこれからのシーズンに。（右）●790円／g.u.（左）●2,310円／レプシィムローリーズファーム（ポイント）

ストッキング感覚ではける軽やかな薄手タイプはブーツにぴったり。（右）●1,260円／靴下屋（タビオ）　（左）●1,680円／ショセット（タビオ）

ミドルエンジニア catalog



濃紺デニムや花柄ワンピなど、ボトムスを選ばないナチュラルカラー。●19,950円（3.5cm・17.5cm）／エーボンプ（モード・エ・ジャコモ）



スタッズつきタイプでも、こんな丸みのあるフォルムなら辛口になりすぎず、コーデの幅が広がりそう。●17,325円（2cm・24cm）／Fin



元祖エンジニアに忠実な力強いルックスもブラウンならスイートな着こなしにも。●14,490円（4.5cm・25cm）／HAWKINS（ABC-MART）



くたっとした質感が特徴。力の抜けた、ルーズなゆるカジスタイルにもぴったり。●30,450円（2.5cm・23cm）／ADIEU TRISTESSE

ロングエンジニア catalog



ニット素材のユニークなエンジニア。これからの寒い季節も足元あったか♪●26,040円（3cm・31cm）／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）



ナチュラルカラーで、やさしいニュアンスの新感覚エンジニア。●23,730円（3.5cm・30cm）／MK ミッシェル クラン（モーダ・クレア）



反ったつま先部分が愛嬌たっぷり！ボアのはき口も寒い季節にぴったり。●31,290円（3.5cm・38cm）／ペンナ（ハーモニープロダクツ）



ショートボトムスとの相性はもちろん、細身パンツと合わせてもすっきりきまる優秀ブーツ。●24,990円（4cm・39cm）／イング（オギツ）

蝴蝶网 hudie.com

04 乗馬ブーツ
Horse riding Boots

Como世代の大定番ブーツ・乗馬。この秋新たに買うなら、ひとクセあるデザイン性の高い1足をチョイスして。



重厚なバックルづかいがグッドセンス。脚のラインに沿ったフォルムにも注目。●27,090円（3cm・38cm）／マリー・クラブ（シンエイ）



ブラウン×ネイビーの絶妙なカラーコンビで、洗練された足元を保証！●28,140円（3cm・40cm）／ダイアナ（ダイアナ銀座本店）



異素材コンビ、タッセルなどこだわりが詰まった1足。●24,990円（3cm・38cm）／ユナイテッド・カラーズ・オブ・ベネトン（オギツ）



カジュアルワンピでヘルシーに！
ワンピースでも、こんなワークタイプをチョイスすれば、絶妙にマッチすることはうけあい！●ブーツは右と同じ。シャツワンピース16,800円／アリベバリ（HUMAN WOMAN）　帽子5,145円／ROXY（クイックシルバー・ジャパン）ストール1,000円／UNIQLO



シャツ＆パンツでメンズライクに
シャツ×ハーフパンツのハンサムスタイルを、安定感のある乗馬ブーツでさらに引き締め。●ブーツは右と同じ。カーディガン2,990円／UNIQLO　シャツワンピース17,850円／ル シェル ド ハリス（ハリス）　パンツ9,240円／ドゥファミリィ



ガーリースタイルにも調和する万能ブーツ
上品な台形スカートと合わせて。ロングニットで縦長ラインを意識。●ブーツ29,400円（4cm・39cm）／クッコ ディマル（ギルド ジャコモ ギャラリー オンザ ウェーブ）　カーディガン17,850円／ハリス　ブラウス12,600円／HUMAN WOMAN　スカート18,900円／キース（ルック）　ネックレス9,975円／マブ（HUMAN WOMAN）　バッグ30,450円／アメミ（エミスフェール 玉川店）

「ムートン」「美脚」今年はボトムスとこう合わせる！

05 フリンジショートブーツ
Fringe short Boots

ベーシックなスタイルでも、これさえはけばおしゃれに決まる魔法のブーツ。ダッシュOK！の軽やかさもママの強い味方。



シンプルコーデの日は足元にポイントを
カジュアルワンピとショートブーツはボリュームのあるレッグウエアでつなぐのが今年流。●ブーツ11,550円（1cm・12cm）／ダイアナ（ダイアナ銀座本店）　ワンピース10,290円／トレ コトン 代官山店　カーディガン9,870円／congés payés ADIEU TRISTESSE　ネックレス1,995円／レプシィムローリーズファーム（ポイント）　レッグウォーマー1,575円／ショセット（タビオ）　バッグ5,145円／ジェネリーク（パサージュ ミニョン）



ボーイッシュなスタイルにもおまかせ！
シャツ＆はんぱ丈パンツのボーイズ風ルックも、ショート丈フリンジでさりげなく可愛さをプラス。●ブーツは左と同じ。ロングシャツ1,990円／UNIQLO　ロンT2,900円／ボナジョルナータ（ファイブフォックス）　パンツ6,930円／メルローズ クレール　ストール3,900円／アンラシーネ



ミニスカートはタイツでつなぐ楽しみも
ショート丈ブーツはタイツ選びの楽しみも。定番コーデもタイツ＆旬ブーツでランクアップ！●ブーツは左と同じ。ニットパーカ5,565円／グローバルワーク（ポイント）　カットソー4,935円／ドゥファミリィ　スカート4,935円／レプシィムローリーズファーム（ポイント）　タイツ390円／g.u.　バッグ7,980円／メルローズ クレール



ネイティブな雰囲気のモチーフつき。スニーカー感覚で楽しめる軽やかなデザイン。●13,440円（1cm・14cm）／ファニー ショー



スタッズやチロリアンテープなど、ボヘミアン気分満点！●14,490円（1cm・16cm）／ブリジット バーキン（ハーモニープロダクツ）



ありそうでないブルー。バックのリボン、モコモコボア。可愛いモノに目がないママにとっておき！●15,540円（1cm・11cm）／Fin

06 ムートンブーツ
Mouton Boots

昨年大ブレイクのムートンも、
今年はもはや定番に。
コロンとしたフォルムや歩きやすさ、
愛されポイントが満載です。



ダークブラウンのオーソドックスなムートンブーツ。薄色デニムと合わせたい1足。●5,145円（0cm・21cm）／VANS（ABC-MART）



はき口のあったかボアがキュート。思わず寒い日が待ち遠しくなりそう。●15,540円（1.5cm・24cm）／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）



アクセントになるチェック柄。見た目のかわいさはもちろん、シンプルコーデの格上げも。●5,145円（0cm・21cm）／VANS（ABC-MART）



コットンならワンピースにもマッチ

ワンピースでもカジュアルな素材なら、ムートンブーツもしっくりはまる！●ブーツは右と同じ。ワンピース14,700円／HUMAN WOMAN　ニットベスト8,295円／シャンブル ド ニーム 銀座店　カットソー3,780円／メルローズ クレール　ネックレス16,800円／エミスフェール（エミスフェール 玉川店）



ロールアップデニムで軽やかに

ゆるデニムのブーツINはNG。ブーツにのせるようにはいて脚長効果もねらって。●ブーツは右と同じ。ニット11,550円／ロートレアモン　カットソー6,195円／ROXY（クイックシルバー・ジャパン）　デニム26,250円／サキュウ（タンデム）　ストール4,095円／ジェネリーク（バサージュ ミニョン）　バッグ25,200円／ウニコ（HUMAN WOMAN）



＋ボーダータイツでパンチの効いた足元に！

蝴蝶网
hudie.com

ボリュームたっぷりのムートンブーツは、柄タイツで上手に調整。●ブーツ9,870円（0cm・21cm）、ストール3,990円／以上 congés payés ADIEU TRISTESSE　カーディガン6,195円、ワンピース5,985円、かごバッグ4,830円／以上 レプシィムローリーズファーム（ポイント）　レギンス3,360円／ショセット（タビオ）

やっぱり大好き！ 4大定番ブーツ「乗馬」「フリンジショート」

毎日はきたい定番ブーツは"着回し力"が肝心。その日のコーデにまどわされない、頼もしいブーツばかりです♪

07 美脚ブーツ
Beautiful leg Boots

フェミニンスタイルに欠かせない美脚ブーツ。
いろんなタイプのスカートに合わせて、
エレガントさを追求した着こなしを。



柄スカート×美脚ブーツは好感度高

スカーフ風のさらっとしたスカートには、きゃしゃな美脚タイプでエレガントにきめて。●ブーツ32,550円（10cm・38cm）／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）ニット15,750円／エミスフェール（エミスフェール 玉川店）スカート18,900円／キース（ルック）　ネックレス9,975円／HUMAN WOMAN　バッグ9,900円／ベネトン（ベネトン ジャパン）



タイトなツイードスカートでコンパクトに

シルエットにこだわったコーディネートの完成！　全身をほっそり見せるなら、やっぱり美脚が最適。●ブーツは左と同じ。レースつきカーディガン8,295円／ザンパ　スカート14,700円／ハリス　ネックレス2,730円／next（next 表参道店）



ゴージャスな装いの日も美脚が強い味方

お出かけ仕様の日にも、しっくりはまるレディな美脚。●ブーツは左と同じ。ワンピース35,700円／ハリス　ストール28,350円／アメミ（エミスフェール 玉川店）　バッグ14,700円／フレンチ コネクション（フレンチ コネクション 表参道）



女性らしい脚のラインを約束してくれる、ほっそりと美しいフォルムに注目。●24,780円（7.5cm・41cm）／MELMO（モーダ・クレア）



便利なファスナーつき。着脱楽チンなのはもちろん、途中で折り返してミドル丈ブーツとしても楽しめます。●28,140円（7cm・40cm）／ピッティ（オギツ）



レザー×スエードの異素材コンビ。サイドのボタンがアクセントに。安定感のあるヒールもポイント。●28,350円（6.5cm・38cm）／23区（オギツ）

蝴蝶网
hudie.com

ママのセンスの見せどころ!

インターネットで、わが子をもっとかわいくオシャレに!



子どもにはオシャレな服を着せてあげたい。
「かわいい服ダイスキ!」、
なんてオマセなわが子の気持ちにも応えてあげたい。
そこでご紹介したいのが、インターネットを使った工夫次第で楽しめるオシャレ術。
子どもにはもちろん、ママにもうれしい情報がいっぱいです。
さぁ、お子さまが小さな今だからこそできるオシャレを
親子そろって楽しんでみませんか。

子育て × フレッツ光

活用サポート、セキュリティ、技術サポートのご利用には、フレッツ光のご契約および契約料、工事費、月額利用料が必要です。
術サポートについて】●**技術サポートには有料と無料のメニューがあります。**●利用環境・設備状況等により、ご要望にお応できない場合があります。
キュリティについて】●**標準装備のセキュリティ機能はパソコン(OS)1台分です。2台目以降は別途有料です。**●パソコン境(OS・ソフト等)により、ご利用になれない場合があります。●すべてのウイルス等への対応を保証するものではありません。
用サポートについて】●例えば、インターネットの活用方法をご案内します。●会員制プログラム(CLUB NTT-West)のお込みが必要な活用サポートがあります。
レッツ光について】●サービス提供地域であっても、設備の状況等によりサービスのご利用をお待ちいただいたり、サービスがご利用いただけない場合がございま●お客さま建物内の既設の配管設備等の状況により、新たに配管設備等のご用意をお願いする場合があります。●サービス提供エリアにつきましては、お問い合わただくか、もしくは弊社ホームページ(http://flets-w.com/)にてご確認ください。●本サービスについては、ご利用のパソコン環境(OS等)により、一部機能がされる場合があります。詳しくは、弊社ホームページ(http://flets-w.com/)にてご確認ください。●パソコン等の端末機器を接続するのに必要なLANケーブルANカード等(NIC)はお客さまにてご準備ください。●インターネットのご利用には、本サービスに対応したプロバイダとのご契約・ご利用料金が必要です。
広告の内容はNTT西日本エリア(北陸・東海・関西・中国・四国・九州地区)のものです。

TT西日本では、お客さまに安心してご利用いただけるよう、光ブロードバンドサービスの品質向上に取り組んでいます。

NTT西日本

"光"。ひろがる。ひびきあう。

審査09-2292-1

かわいい親子服で、今しかできないオシャレを満喫！


ano:ne
http://www.felissimo.co.jp/anone/

「ピンクがいい！」「スカートはきたい！」。子どもって、意外と早く自分の好みがハッキリしてくるもの。そこで、小さな今だからこそできる、親子そろってのオシャレはいかが？親子服のショッピングサイト『ano:ne（アノ:ネ）』ならお店には売っていない、かわいい親子服がいっぱい。子どもと服をおそろいにすれば、何気ない毎日も、特別な日のお出かけも、もっと楽しくなりそう。パパとの親子服も充実しているので、家族みんなでオシャレを楽しめそうですよ。

豊富なアイテムから、サイズで、ジャンルで、オシャレな子ども服探し！

子どもに着せたい服が、なかなか見つからない。もっとたくさんのアイテムの中から選んであげたい。そんなこだわり派のママには、『ベルメゾンネット』がオススメ。0ヶ月～3歳のベビー服から12歳までの子ども服まで、豊富なアイテムが満載。他にも、オシャレなマタニティ服や産後に便利なかわいい授乳服など、ママにうれしいウェアもいっぱい。子どものためにも、ママのためにも、納得のオシャレ服を見つけてくださいね。


ベルメゾンネット
http://mama.bellemaison.jp
※サイトのデザインは変更されることがあります。



手作りで差がつくオシャレな子ども服！

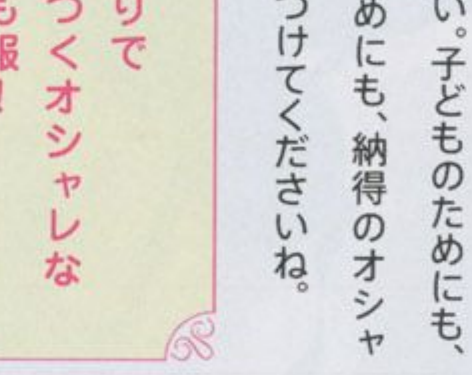

ハンドメイドのココロ
http://handmadenokokoro.web.fc2.com/

せっかくかわいい子ども服を買ってあげたのに、他の子が同じ服を着ていて、がっかり…。そんな経験ありませんか？できることなら、誰にも真似できないオリジナルのオシャレを。そこでご紹介したいのが、子ども服の作り方を学べるサイト『ハンドメイドのココロ』。無料でダウンロードできる服の型紙を使って、解説通りに作るだけでママお手製、世界にひとつだけのオーダーメイド服の完成です。

他にも、そろえておきたい手芸アイテムやミシン選びのポイントなど、ハンドメイド初心者でも安心の情報がいっぱい。着せたい服は自分で作る、チャレンジしてみませんか。

すぐ着られなくなる子ども服は、リサイクルショップをかしこく使おう！

丈が短くなった。ボタンがとまらなくなった。子どもが成長してくれるのはうれしいけれど、すぐに服が着られなくなるのは不経済、でもオシャレはさせてあげたいし…。そんな方にオススメなのが、子ども服のリサイクルショッピングモール『ミラクルボックス』。全国100店舗を超えるリサイクルショップの中から、オシャレなブランド子ども服を、お手頃価格でオンライン購入できます。欲しいアイテムを、キーワードやブランド名で検索できるので、探すのもラクラク。また、着られなくなった服の買い取りもしてくれるので、子どものオシャレにも、家計にも、とってもうれしいサイトです。


ミラクルボックス
http://www.miraclebox.jp/



いかがでしたか？インターネットでグンと差がつく、わが子のオシャレ。他にもお子さまとママにうれしいサイトが盛りだくさん。さぁ、あなたも、インターネットを使ってオシャレな子育て生活、はじめませんか。

光ネットで応援します！

ず～っと使うものだから
ネットに関する技術サポート
ネットを使いこなすための活用サポート
安心のセキュリティ

いちばん選ばれている光 フレッツ光
平成21年3月末時点の西日本エリア（北陸・東海・関西・中国・四国・九州）におけるFTTH※契約数シェ
（平成21年6月19日総務省報道発表資料「ブロードバンドサービスの契約数等（平成21年3月末）」に基づ
※FTTHアクセスサービス：光ファイバー回線でネットワークに接続するアクセスサービス
お申し込み・お問い合わせは 携帯・PHS OK 0120-11611
携帯電話・PHSからもご利用いただけます。電話番号をお確かめのうえ、お間違いのないようにお願いいたしま
受付時間：午前9時～午後9時 土曜・日曜・祝日も受付中
フレッツ光 検索 http://flets-w.com/

蝴蝶网 hudie.com

とれたて！2009 秋のふわもこ速報

今年らしさいっぱいの、とっておき、とびっきりニュースからまずはお届けします!! 毎シーズン登場するキュートなあったかアイテムの「旬」を、見逃さずにチェックして！



ンテイストでいき
日は、オフホワイ
ボアの側で、コーデ
ート。●ワンピース
0円、キャップ5,6
円／congés payés
EU TRISTESSE

服や気分に合わせて
がらりイメチェン！

蝴蝶网
hudie.com

無地のカラースエードとふわもこボアのリバーシブルで、おしゃれを2倍楽しめる！●ボアバッグ（23×33×17㎝）各14,700円／ADIEU TRISTESSE

ふわもこNews 1

「それ、どこの？」ってママ友から必ず聞かれます!!

アデュー トリステスのリバーシブルバッグ

フレンチトラッドが魅力のADIEU TRISTESSEの新作は、なんとリバーシブル。バッグ1個分のお値段で2つの顔が楽しめる優れものです。

コレを持ちました！



秋色を重ねたグラデーションコーディネートは、ボアのポイントで旬味加速。●ニットカーディガン 16,800円／ADIEU TRISTESSE　チュニック6,930円／メルローズクレール　コーデュロイパンツ 9,240円／congés payés ADIEU TRISTESSE

ボアの魔法を味方につけて
大人可愛いスタイルに♥

ふわもこNews 2

足元は丈短め&もこもこが気分です♪

ノーボックスのボアつきブーツ

リーズナブルなプライスで、支持されているノーボックスの今シーズンは、たっぷりボアが注目株。丈はミドル以下が新鮮☆

コレをはきました！



深いブラウンのブーツは秋冬ファッションにマスト！　ブーツインがキマるミドル丈も、すらり美脚に見えるショート丈もたっぷりのボアで注目される足元に。●ショートブーツ（6㎝）14,175円、ミドル丈ブーツ（6㎝）17,850円／以上ノーボックス（ビバ・サーカス）

もこもこ！アイテム大集合！

身につければ気分までほっこり♪　そんなHAPPYアイテムの中から、トレンドだけを厳選して紹介します。

掲載協力店リストは179ページにあります。　※バッグのサイズは（縦×横×マチ㎝）、靴（ヒール㎝）でともに編集部調べです。

ふわもこNews

3 おうちでも親子おそろを楽しもっ!!
ジェラートピケからキッズルームウエアがデビュー

とろけるような感触で話題のジェラート ピケから、満を持してキッズラインが誕生しました。大人顔負けのスイートカラーが魅力です！



一緒にお部屋で遊ぶときはおそろルームウエアが基本です!!

親子で着れば、ふわもこ2倍！　ついさわりたくなるやわらかい生地だから、寄り添う回数も増えちゃいそう！●〈ママ〉パーカ 6,930円、動物柄ワンピ 4,830円、レギンス 3,990円、〈キッズ〉パーカ 5,880円、パンツ 4,830円、リボンヘアゴム 各1,470円／以上gelato pique（gelato piqueルミネ新宿2店）

外出時にも楽しめるアイテムも続々リリース中です。●帽子 3,360円、ソックス 各1,260円、ショート丈ソックス 1,470円／以上gelato pique（gelato piqueルミネ新宿2店）

着こなしもいろいろ楽しめるアイテム展開です。●パーカ5,880円、パンツ 4,830円、ボーダーベスト 4,830円／以上gelato pique（gelato piqueルミネ新宿2店）

イロチを着ました!

クッションやベッドカバーもぜ～んぶジェラート ピケ♪

部屋中がふわもこ！　●ベッドカバー 6,930円、バスマット 各3,360円、クッション 3,360円、ボックス(大) 3,360円、ボックス(小) 2,940円／以上gelato pique（gelato piqueルミネ新宿2店）

ワンポイントでおしゃれが　ふわふわ! News

秋のおしゃれ戦線スタート!!　思わずさわりたくなる可愛さに、ファッショニスタなママたちはすっかり夢中。

撮影／羽田 徹(biswa.)、菱谷理恵　スタイリング／山本あきこ　ヘア&メイク／椎津 恵(CLIP)　モデル／小田志津香(コモモデル)、レイ笑音　取材・文／TOKYOドーナツ　撮影協力／EASE

蝴蝶网 hudie.com

ファーで決定です

コーデが華やぐ主役級の可愛さ!



揺れるポンポンは、子どもたちからも人気！ ママならではの可愛らしさを引き出してくれます。●帽子 4,095円／179/WG(ニコル)



ストロベリーミルクのシャーベットのような色合いが魅力。●帽子 5,775円／キャセリーニ フィフスアベニュー（キャセリーニ）



ファーキャップ初心者さんには、シンプルなこんなタイプがオススメ。●帽子 6,195円／cuccia(コラボレーション)



クラシカルレディがトレンドに上昇中の今秋。ファーキャップは、かなめのアイテムになりそうです。●〈上〉スパンコールつきのミックスファー帽子 5,040円／カシュネ(アンビリオン) 〈下〉シンプルミックスファー帽子 6,195円／cuccia(コラボレーション)

ちょこんとかぶれば、
エレガントさとモードさが加速♥

あったかキャップ

ドレッシーなワンピにもデイリーカジュアルにも、プラスすればオシャレ度UPまちがいなし。トレンドをとり入れるならココからスタート!!



イヤーマフラー自体、アピール力があるから、上半身のアクセサリーは控えめにつけるのが好バランスです。●〈左〉イヤーマフラー 3,045円／キャセリーニ フィフスアベニュー（キャセリーニ）〈下〉イヤーマフラー 3,675円／179/WG(ニコル)

ルックスも実用性も
兼ね備えたおりこうアイテム

ふわ可愛
イヤーマフラー

コを意識して自転車愛用者が増えているこの、本当に活躍するのは、こんなファーのイヤマフ。ちろん、とびっきりフェミニン!



お出かけスタイルにとり入れたい、コサージュつき。秋流行のクラシカルスタイルに。●マフラー 5,040円／カシュネ(アンビリオン)



つけえりタイプのマフラーも、今季は豊富にそろってます。●ティペット 5,775円／キャセリーニ フィフスアベニュー(キャセリーニ)



幅広タイプで、こっくりとした色。コーディネートをクラスアップしたいときに！ ●マフラー 18,900円／cuccia(コラボレーション)

ちょこっとゴージャスも
大人スイートもかなえる全方位系

華やぎマフラー

首元にプラスするだけで、パッと顔が華やぐのはファーならでは！ ラブリー狙いのママも、セレブに魅せたいママも見逃せません。



ただ暖かいだけじゃなく、つけえりのような華やか効果が期待できるのが、ファーマフラーのよさ。巻き方もいろいろアレンジして、楽しめます。●〈左〉マフラー 2,415円／アクシーズファム(アイジーエー) 〈右〉マフラー 9,345円／cuccia(コラボレーション)



つけたとたんに、ラブリーなうさぎに変身!? キュートさ抜群のミルキーブラウンファー。●イヤーマフラー 3,990円／ミルサ



80年代のヘッドフォンのような大きさがポイント。ぬいぐるみのような可愛さを引き出してくれます。●イヤーマフラー 4,095円／SAC



黒×白のミックスファーが表情豊かに耳元を彩ります。●イヤーマフラー 3,675円／キャセリーニ フィフスアベニュー（キャセリーニ）

蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

Fur おしゃれ始めはミックス

ラビットやラクーンなど、さまざまなファーやカラーミックスしたアイテムは、表情の奥深さが魅



働くママにうれしい、お仕事バッグとしても活躍。パテントとのコンビ。●バッグ(28×38×8.5㎝) 7,245円／VIVAYOU(ルックイン)



ふかふかの手ざわりが心地いいポンポンファーをギュギュッと凝縮しました。●バッグ(18×29㎝) 7,140円／カカトゥ(アンビリオン)

コーディネートのスパイスとして威力を発揮してくれるヒョウ柄！ ●バッグ(25×36×9㎝) 33,600円／マニュ(ジャコモ・リュクス)



持った瞬間にコーデが見違える大胆パッチワークに夢中です♥

白、グレー、黒、そしてゼブラ柄と、さまざまなファーがパッチワークされたユニークなデザイン。●MIXグレーファーバッグ(30×28×6㎝) 9,345円／ラバーソウルサック(ビバ・サーカス) ニット5,800円、ニットスカート8,900円／以上ユナイテッド・カラーズ・オブ・ベネトン(ベネトン ジャパン) タートル5,200円／Gap原宿 クロスネックレス2,310円／レプシィムローリーズファーム(ポイント)

やわらかな毛並みのファーが心も癒してくれるの♪

Happyバッグ

お出かけのテンションをグンと上げてくれちゃう、ファー小物の代表選手。見た目のボリュームもさわり心地も、一度手にしたら病みつき♥



ハンドバッグとしてもショルダーとしても持てる2WAY。スモーキーなルックスも魅力です。●バッグ(24×37×13㎝) 8,295円／SAC

ペットを抱いているような気分にひたれちゃう、リュクスなたっぷりファー。●バッグ(31×32×18㎝) 13,650円／pure pow wow(SAC)



切り替えに、大ぶりなフリンジ、カーキカラーもモードな大人顔。●バッグ(18×33×15㎝) 9,240円／カシュカシュ(アンビリオン)



甘いだけのファーが苦手なら、エナメルの辛口スパイスが効いたコレを選ぶのが正解！ ●バッグ(28×42×14㎝) 8,295円／SAC



ボタンが水玉模様のように配されたワザありデザインのトート。●バッグ(31×40×15㎝) 7,245円／ラバーソウルサック(ビバ・サーカス)



可愛い顔して収納力アリのかごバッグは、子どもとのお出かけにも活躍。●かごバッグ(21×30×16㎝) 6,090円／カシュカシュ(アンビリオン)



ゴールドフリンジとヒョウのカップリングで視線ひとり占め！●バッグ(25×44×13㎝) 10,290円／ラバーソウルサック(ビバ・サーカス)



両手があくポーチタイプ。アクティブなママにジャストなアイテム。●ポーチ(16×19×6㎝) 17,640円／ADIEU TRISTESSE



さし色効果抜群のレッドファーは、インパクト大なのに落ち着いたトーン。●バッグ(20×33×7㎝) 17,850円／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店)

蝴蝶网
hudie.com

Knit

ママをレディに変えてくれる ちょっぴりセクシーな魔法の色

1. ファーのボンボンが可愛さのポイント。●ニット帽3,990円／ヘッドスター **2.** 大判のストールは、気温変化の激しい季節の変わり目に便利！ボンボンのアクセつきです。●ストール5,145円／ROXY（クイックシルバー・ジャパン） **3.** ビーズとリボンがクラシカルな装いにジャスト。●バッグ(22×19×10㎝) 12,600円／ロリポップ(エリット) **4.** アクティブママにぴったりなジャカード織りの柄モノ。●ニット帽1,990円／nissen,STYLE（ニッセン） **5.** どんな洋服にもマッチするミックスニット。●マフラー3,045円／キャセリーニ フィフスアベニュー(キャセリーニ) **6.** たっぷりの収納力が自慢の千鳥格子トート。●バッグ(27×44×13.5㎝) 5,145円／キャセリーニ **7.** トレンドに急浮上しているベレー帽も、狙うべきは、もちろんパープル。●ベレー帽1,000円／UNIQLO **8.** モノ足りないコーディネートを締めてくれる！●ニット帽2,990円／FLASH REPORT 渋谷店 **9.** キュートなミトンタイプ。●グローブ7,350円／HUMAN WOMAN **10.** レディライクなレザーとファーのコンビは、お出かけ仕様。●グローブ8,925円／TREASURE TOPKAPI（クリケット） **11.** 寂しい首元をパッと華やかにしてくれる逸品。●ファーマフラー3,675円／ラバーソウルサック(ビバ・サーカス) **12.** 小わきにおさまるバッグもパープルなら、オシャレ度もぐんとUPします。●ショルダーバッグ(20×32×11.5㎝) 6,195円／Via Demizon(ルックイン)



旬のさし色 パープルはニットで選ぶのが正解!!

ダークカラーが多くなる秋冬は、さし色ひとつで印象が変わるもの。この秋は、パープルニットの小物をプラスして、トレンドも大人の魅力もパワーアップして。

心も優しく包んでくれるお出かけの必需品
クチャのムートングローブ



手を入れたとたんに暖かさに包まれるオフホワイトのムートン。プチプラにも注目。●グローブ 3,990円／cuccia（コラボレーション）

今までのスニーカーの常識をくつがえすNEWデザイン。●〈左〉ハイカットスニーカー 8,190円、〈右〉スニーカーブーツ 14,490円／以上ニューバランス（ニューバランス ジャパン）



歩きやすさも、可愛さも欲ばれるスニーカー代表選手
ニューバランスのハイカットスニーカー

チェックとボアは相思相愛です！
トレジャー トプカピのポーチつきチェックトート



内側が全面ボアの
トにポーチまでつ
います。●トート
グ（29×50×20
9,975円／TREASU
TOPKAPI（クリケッ

一足は持っていなくちゃ！ 足元おしゃれはココから
ヒップスのブーツ



合わせる服を選ばないシックなカラー。ブーツインもサマになります。●ブーツ 18,900円／HIPS（サン・トロペコーポレーション）

コレ持っていれば安心です★
ご指名ボアアイテム

最愛ショップには、ふわもこがたくさんあってどうしても目移りしがち。話題もトレンドもハズしたくなければ、このアイテムを迷わず選んで！

寒くなっても子どもと一緒に楽しく動き回ろう！
キャセリーニのリュック



荷物をたっぷりつめて活動的に動けるリュックは、ママの定番。秋冬顔のボアなら、オシャレ度も満点。●リュック（42×29×10㎝）10,290円／キャセリーニ

ザクザクと荷物を入れてもコロンとして可愛い！
サックのトートバッグ



子どもとのお出かけは、気がねなくモノが入れられるこんなキュートな実力派を。●バッグ（30×40×16㎝）7,245円／SAC



ありそうで、なかなかないのがムートンマフラー。デニムスタイルと相性抜群です。●マフラー 7,980円／ADIEU TRISTESSE LOISIR 代官山アドレス店

カフェオレのようなほっこり感が魅力
アデュー トリステスのムートンマフラー

スカートにもパンツにもなじむおりこうブーツ
ワグのレースアップブーツ



甘口ワンピに スマートなパンツを メインしてもキ スア イプ。●ブーツ 900円／WAG（モーダ レア）

蝴蝶网 hudie.com

ママも子どももみーんなわくわく♥

今日はおうちで ハロウィンパーティー!!

撮影／砂原 文　スタイリング／伊藤みき
モデル／有江真弓・結菜・温彩、遠藤千紗子・エイデン、
西久保 愛・麗・耀（以上コモモデルファミリー）
構成・文／松原陽子　撮影協力／EASE
●掲載協力店リストは179ページにあります。

ここ数年、日本でもハロウィンを楽しみたい！　という人が増加中。せっかくなら、仲よしのお友だちを呼んで、わいわい過ごしませんか？　招待状から飾りつけ、おもてなしテクニックまで、パーティー成功のアイデアをたっぷりお届けします。



ブルの上の
ランタン各
／カメヤマ
ドルハウス

蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

次はどのおうち？　地図を見ながらさがしてね

マップつきインビテーション



まるで宝探しな気分。
首にかけられるのもポイント

＼ウチもやりました！／



2005年コモモデル
浜村香織さん

「マンションのなかで10件ぐらいをまわるので、お友だちの部屋番号を書いた、首からかけるカードをつくりました。子どもたちも地図を見ながらだと気分が盛り上がるみたいです」

ざいりょう

画用紙、毛糸、好みのシールやペン

つくりかた

❶画用紙をタテ10㎝×ヨコ15㎝程度の大きさに切り、半分に折る。
❷首にかけられるよう穴あけパンチなどで上部に穴をあけ、毛糸を通す。これを人数分つくる。
❸中に色えんぴつで地図を書き、表側はシールやペンで飾りつける。

1 まずは 招待状をつくろう。

楽しいパーティーの始まりは、お友だちを呼ぶインビテーションづくりからスタート。
ほんのちょっとだけ手を加えて、そわそわ、わくわく気分をもり立てる、とっておきの1枚をつくりましょ。

お顔を切り抜いて、はり合わせるだけとカンタン

かぼちゃの切り絵カード



おばけの顔をめくってね。
場所と時間が書いてあるよ♪

ざいりょう

画用紙（オレンジ、黒）、マスキングテープなど

つくりかた

❶画用紙はそれぞれかぼちゃに見立てて楕円形の同じ大きさに切る。オレンジのほうは目と鼻と口部分を切り抜く。
❷①のヘタの部分をマスキングテープなどではり合わせ、中に色えんぴつで招待文を書く。これを人数分つくる。

ママは土台を、子どもはイラストと文字を担当！

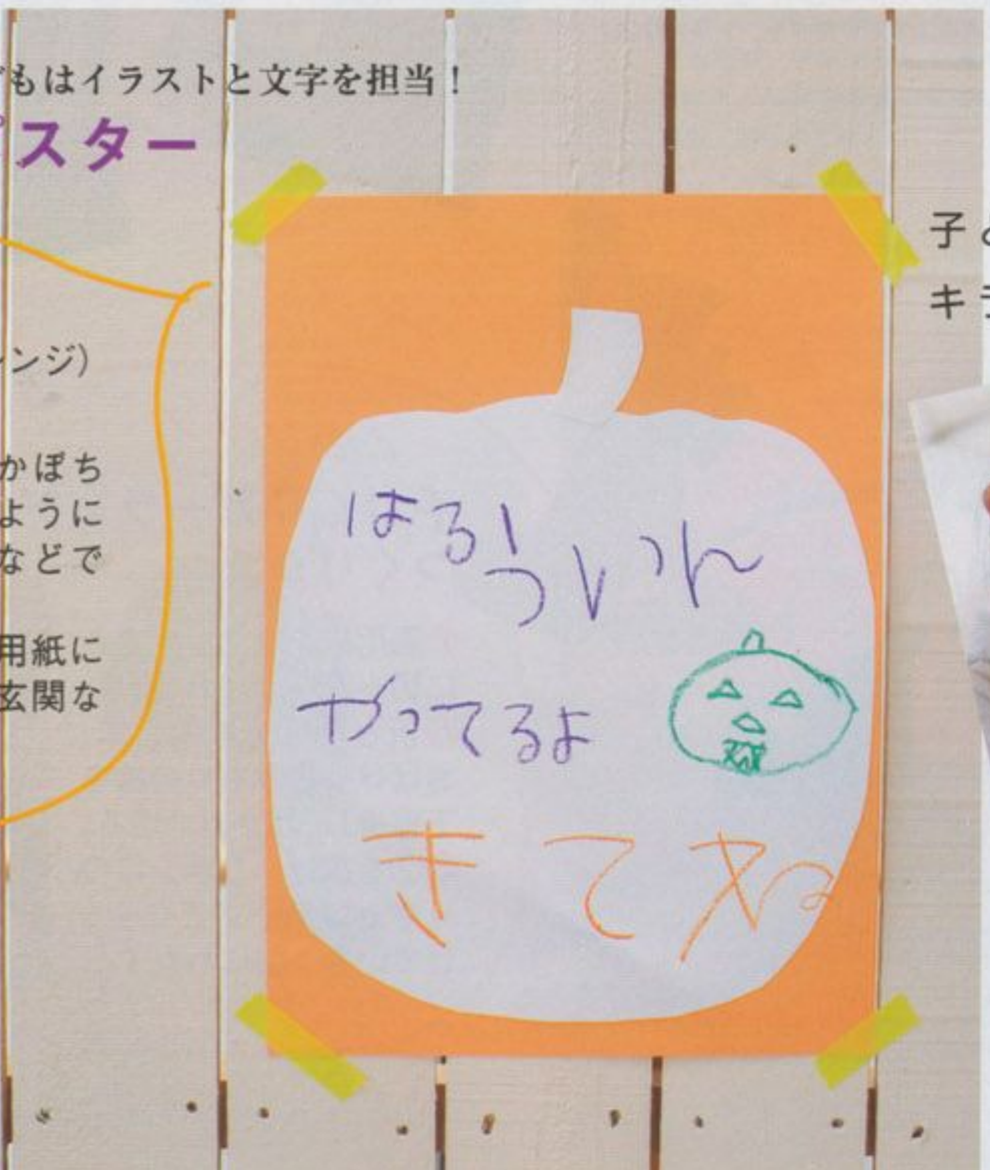
目じるしポスター

ざいりょう

画用紙（白・オレンジ）

つくりかた

❶白の画用紙はかぼちゃの形に見えるように切り、クレヨンなどで文字をかく。
❷オレンジの画用紙に①をはりつけ、玄関などにはる。





子どものセンスがキラリと光る1枚に☆

つぎは 2
おうちの飾りつけしよう。

10月に入ったら、おうちの飾りつけを
少しずつスタート。ハロウィン
モチーフの小物を上手に使って
コーナーごとにかわいく仕上げて！

玄関はバルーンやリースでにぎやかに！

段づかいのリースやグリーンにハロウィンチーフをからませるだけのかんたんテク。だし、バルーンだけは当日飾るのが◎。


楽しく飾りつけたら、
仕上げはお目立ちバルーンで

チュラルなリースにチーフをプラス

ンプルなリース手芸屋や雑貨屋売っているフェトをつけただけ、あっという間ハロウィン風に。



買うならコレ!



枯れ葉や木の実にハロウィンモチーフがぎっしり。毎年使えるのもうれしい。●リース1,890円／PLAZA GINZA

グリーンだってハロウィン仕様!

玄関先のグリーンにはポットカバーをオン。やりすぎにならず、でも雰囲気はたっぷり。



コーナーやテーブルにモチーフキャンドルをさりげなく

火をつけなくても置いておくだけでサマになるキャンドルは棚の上やテーブルなどに。おすすめは水に浮かべてゆらゆら動く様子を楽しむフローティングタイプ。また、キャンドルを入れるグラスに切り花を飾るのもさりげなくキュート。



1個だけ置くより、種類の違うものをいくつか並べるとにぎやか。●パンプキンキャンドル（手前右）各315円（真ん中）945円（左）578円、きのこキャンドル（小）189円、（中）473円、花の入ったカラリス各420円／以上カメヤマキャンドルハウス　壁に飾ったリース399円／PLAZA GINZA



火をつけるのがもったいないくらいのかわいさ。●モンスターのフローティングキャンドル各315円、黒のフローティングキャンドル各84円以上カメヤマキャンドルハウス

＼ウチもやりました！／



2005年コモモデル
島田弘美さん

「昔つくったハロウィン用のオーナメントや、輸入ものを扱う店で買ったポスターなどを飾りつけ。お部屋の中は黒とオレンジの風船を天井にとばしておくだけでもかわいいですよ！」


たくさんはって、
ながーく楽しもう

窓には子どもの大好きなジェルジェムをペタペタ

窓にはるだけでかわいくなる人気の「ジェルジェム」。ハロウィンバージョンもたくさん出ているので、いくつか組み合わせてはるのもすてき。洗面所や子ども部屋の鏡など、窓以外にはることもできます。



ママと子どもでいっしょにはりつけるのが楽しい。●「HAPPY HALLOWEEN」のジェルジェム1,260円、かぼちゃのジェルジェム788円、こうもりと月のジェルジェム788円、アルファベットブロック（T・E）各1,365円、（R）473円、（a）368円、（t）683円／以上カメヤマキャンドルハウス


おうちにあるものも
かわいい飾りに変身☆

壁は顔つき風船とガーランドで手づくり感たっぷり

シンプルな壁には、風船とガーランドで味つけ。ガーランドは切り絵にリボンを通しただけ、風船も顔やこうもりの羽をつけただけなのに、華やか！

カンタン♪
手づくりガーランドのつくりかた

❶画用紙を適当な大きさに切ったら、半分に折る。
❷折った部分を中心に、おばけやこうもりの絵を下書き[illegible]、はさみで切る。
❸②を広げ、リボ[illegible]セロ[illegible]プでくっつけてい[illegible]、壁にわ[illegible]。



蝴蝶网 hudie.com



わたしたち、
ベストカップルでしょ？

もちろん 3
仮装だって はりきらなくちゃ。

仮装を思いっきり楽しめるのも、ハロウィンの醍醐味。家にあるもので手づくりするもよし、購入して本格的な仮装をしてもよし。さあみんな、何に変身する？

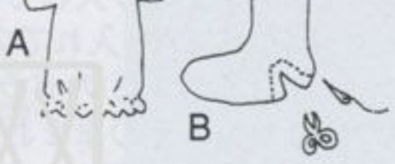
手づくりの衣装だって こんなにかわいいよ。

着なくなった大人用Tシャツや、使い古しのシーツをリメイク。女の子は黒Tシャツにフェルトで耳をつけた黒猫風に、男の子はびりびりに裂いたシーツを巻きつけただけで、ミイラマンに変身！

黒猫のおんなのこ

ざいりょう

使い古しのTシャツ（黒・大人用）、平ゴム、フェルト（黒、黄色）、ハイソックス（黒）、ヘアピンまたはカシューチャ、黒系のレギンス



つくりかた

1. Tシャツの裏側のすそにゴムを縫いつけ（A）、胸元に月と星形に切った黄色いフェルトをはりつける。
2. 靴下を裏返し、かかとの部分に切り込みを入れ、切り込みの内側7㎜の部分をそれぞれ切り込みにそって縫い、ひっくり返す（B）。これを手にはめる。
3. フェルトを5㎝辺の三角に4枚切る。2枚ずつ重ね、2辺をふちにそって縫う。縫っていない1辺に、2㎝×3㎝程度に切ったフェルトをわたして縫いつけ、ヘアピンかカチューシャを通す。

包帯ぐるぐるミイラマン

ざいりょう

使い古しのシーツなどの白い布、Tシャツ（白）、スパッツかパンツ（白）、ハイソックス（白）

つくりかた

1. 白い布は4～5㎝幅に数本裂いて、包帯風にする。はしとはしを結んでつなげる。
2. 靴下は裏返してかかとの部分に切り込みを入れ、切り込みの内側約7㎜の部分をそれぞれ切り込みにそって縫い、ひっくり返す。これを手にはめる。
3. ①の包帯をランダムに体に巻きつける。

＼ウチもやりました！／



2005年コモモデル
有江真弓さん

「結菜のドレスは、手芸本を参考にしてつくったディズニープリンセスのオーロラ姫。温彩のは『トイザらス』で購入したもの」



2007年コモモデル
高澤 愛さん

「テーマは『キュートなマジョリン』。手持ちの服に帽子とマント、ウイッグでガラリと変身させてみました♥」



2007年コモモデル
西久保 愛さん

「ネットで購入したものをリメイクしたり、アレンジして着せています。昨年の仮装では麗は魔女風、耀は騎士風に」

本格派コスチュームは ネットやおもちゃ屋でゲット

もっと本格的に仮装を楽しみたい！という人が選んでいるのが「トイザらス」。プチプライスで、バリエーション豊かな衣装がそろいます。また、インターネットで購入しているという人も。パソコンが使える人はチェック！



子ども心をくすぐるデザインがいっぱい！●（写真右）クロスリボンウィッチコスチューム1,999円（身長95～115cm用・タイツは私物）（写真中）スカルウィッチコスチューム1,499円（身長95～115cm用・靴下は私物）（写真左）男の子用忍者コスチューム1,499円（身長95～105cm用、靴下・手裏剣は私物）／以上トイザらス ※掲載商品は、季節商品のため品切れの場合があります。価格は変更になる場合があります。※オンラインストアで取り扱いのない商品もあります。

小物だけでも キュートに きまる♪

ママや小さい子は、小物でハロウィンテイストをとり入れるだけでも盛り上がります。定番の帽子だけでなく、パッチンどめや、キッチュなネックレスでさりげなく変身！

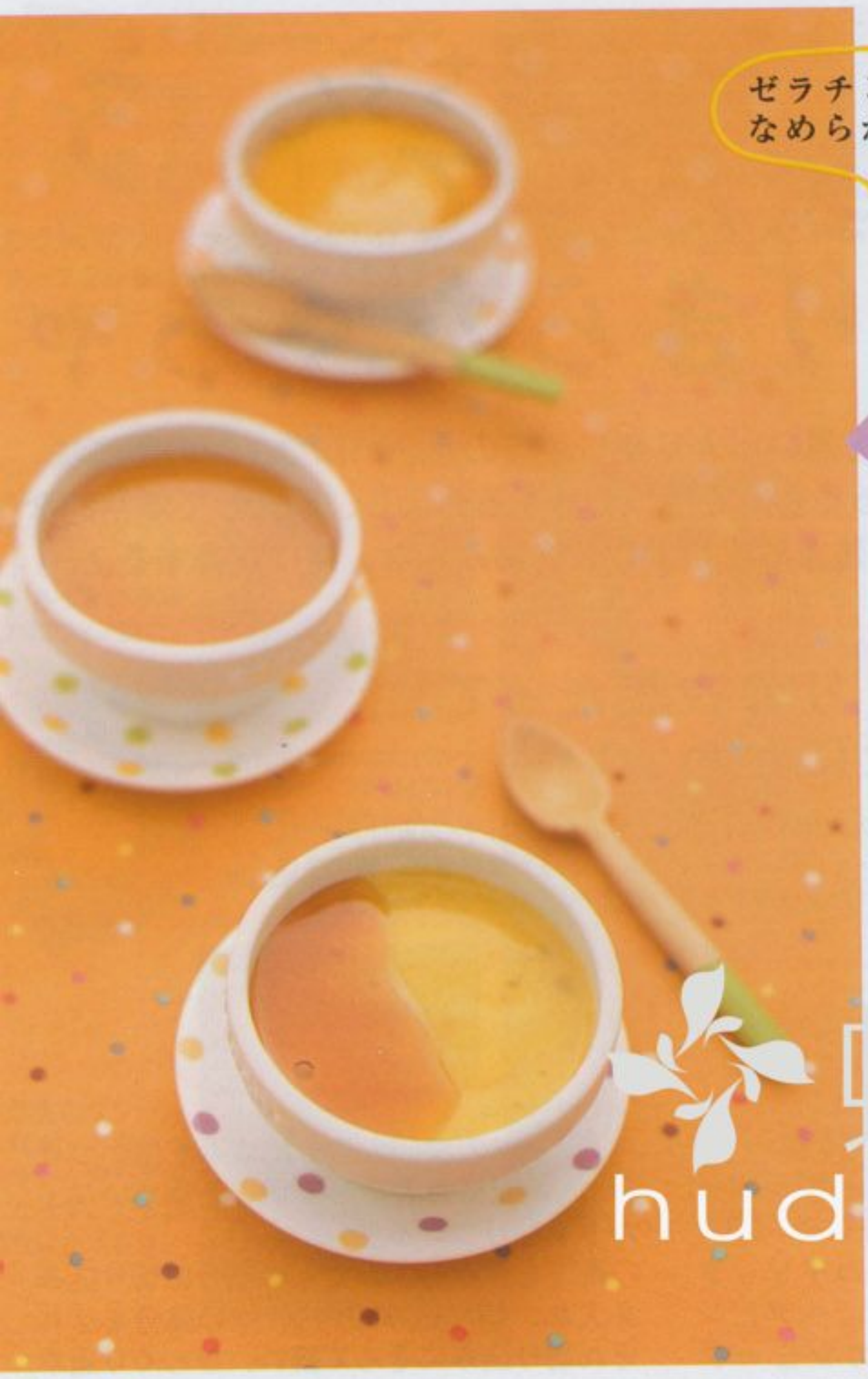


帽子モチーフのパッチンどめ。ちょこんとのっているのがかわいい。●パッチンどめ420円／PLAZA GINZA



男の子は帽子、女の子はヘアアクセで手軽に仮装気分を味わって。●帽子577円、ヘアゴム315円／以上PLAZA GINZA　ピンクのパッチンどめ390円、ネコのネックレス各690円、ヘッドバンド690円／以上クレアーズ渋谷宇田川町店

蝴蝶网 hudie.com



ゼラチンを使って
なめらかに

かんたん かぼちゃプリン

＼ウチもやりました！／



2007年コモモデル
市原美帆さん

「育児サークルでやるハロウィンではスタッフの方におかしをもらいますが、わが家では毎年かぼちゃプリンを手づくり。子どもも大喜びです」

ざいりょう
(4個分・1個あたり100mℓ程度)

かぼちゃ(皮と種をとる)……50 g
A［牛乳……130mℓ
　 ブラウンシュガー……[illegible] g
粉ゼラチン……[illegible] g
水……大さじ2
卵……1個

キャラメルソース(作りやすい分量)
B［上白糖……130 g
　 水……大さじ1
熱湯……50mℓ

hudie.com

つくりかた

❶キャラメルソースをつくる。小なべにBを入れてまぜ、火にかける。そのままなべをゆらさず、砂糖がとけてふちのほうが色づいてきたらなべをゆすり、全体が好みのキャラメル色になったら火を止める。
❷①に熱湯を木べらで伝わせながら注ぎ(すごい勢いで蒸気が上がるのでやけどに注意)、全体をよくまぜる。熱湯消毒したびんなどに入れて保存する(水や汚れが入らなければ数カ月もちます)。
❸かぼちゃはラップで包み、竹ぐしがすっと通るまで電子レンジ (600W) で加熱し、熱いうちにフォークの背などでつぶす。水に粉ゼラチンを振り入れてまぜ、ふやかす。
❹なべにAを入れて火にかけ、沸騰したら火からおろし、③のゼラチンを加えてよくまぜてとかし、そのままおいて冷ます。
❺ボウルに卵をときほぐし、冷めた④を加えてまぜ、茶こしなどでこす。
❻③のかぼちゃに⑤を少しずつ加えまぜ、氷水にボウルの底を当ててゴムべらでまぜながらとろみがつくまで冷やす。
❼器に流し入れて冷蔵庫で約1時間冷やし固める。食べるときにキャラメルソースをかける。

もちろん 4

パーティーフードは欠かせない!!

わいわいお友だちが集まる場所には、おいしいフードがマスト。とり分ける必要がないものや、手でつまめるものにするのが、キッズパーティーでの鉄則です。

ふわふわの
食感がグッド

おばけマシュマロ



ざいりょう(作りやすい分量)

粉ゼラチン……10 g
水……40mℓ
A［水……50mℓ
　 砂糖……60 g
B［卵白……1個分
　 砂糖……30 g
バニラエッセンス……少々
コーンスターチ……たくさん
アラザン・トッピングシュガー・チョコペンなど……適宜

つくりかた

❶水に粉ゼラチンを振り入れてふやかしておく。バットにコーンスターチを敷きつめ、平らにならしておく。
❷Aをなべに入れて火にかけ、沸騰したら火から下ろして①のゼラチンを加えてよくまぜとかす。
❸ボウルにBを入れてハンドミキサーで泡立て、角(つの)がピンと立つくらいのメレンゲにする。
❹③に②を加えてよくまぜ、①のバットに流し入れる。
❺④を冷蔵庫に入れて冷やし固め、固まったら表面にコーンスターチを茶こしでふるう。
❻好みの型で抜き、余分なコーンスターチをハケなどではらい、チョコペンで顔を描いてアラザンなどを飾る。

コワーイ！
けど、おいしい？

ジャックのツナパイ



ざいりょう(直径9cmの丸型5個分)

冷凍パイシート……直径9cmの丸型10枚分
ツナ缶……1缶（約80 g）
にんじん……20 g
玉ねぎ……1/8個
ピーマン……1/2個
マヨネーズ……大さじ2
とき卵……適宜

つくりかた

❶冷凍パイシートは室温において半解凍し、直径9cmの丸型で10枚抜く。うち5枚は顔に見えるように目・口の部分を包丁で切りとる。
❷野菜はすべてみじん切りにし、缶汁をきったツナ、マヨネーズとともにまぜておく。
❸切り込みを入れていないパイの上に②を等分してのせる。ふちに、ハケでとき卵を塗り、切り込みを入れたパイをかぶせ、ふちをフォークの背で押しつける。
❹③の表面にとき卵を塗り、クッキングシートを敷いた天板に並べ、220度のオーブンで15分ほど、きつね色になるまで焼く。焼き上がったらケーキクーラーなどにとって冷ます。

パーティーフードお役立ちグッズ 1



キャンドル
料理のデコレーションに便利なピックタイプ。●デコキャンドル(セット)399円／カメヤマキャンドルハウス

カードホルダー
子どもたちの名前を書いたカードをさして目印に。●カードホルダー各294円／カメヤマキャンドルハウス



次はなに
食べようかな？

いろいろアメリカンドッグ

ざいりょう（作りやすい分量）

- A［ホットケーキミックス……120g
- 　 牛乳……100mℓ
- ウインナー……5本
- プロセスチーズ……5個
- バナナ……大1本
- サラダ油……適宜

つくりかた

①Aをボウルにまぜて衣をつくる。バナナは4～5等分にカットする。

②①の衣にウインナー、チーズ、バナナをそれぞれをくぐらせ、中温に熱したサラダ油できつね色になるまで揚げる。あら熱がとれたらドッグ棒を刺す。

〈注意〉
ウインナーは棒を刺してから衣をつけて揚げても大丈夫ですが、チーズは流れて油がはねやすいので、必ず揚げてあら熱がとれてから棒を刺すこと。バナナは棒によってはすべりやすいので、抜けやすいようなら揚げたあとに刺してください。

パーティーフードお役立ちグッズ 2

カトラリー＆ピック



輸入雑貨店やスーパーなどで売っているハロウィンモチーフのカトラリーとピック。●すべてスタイリスト私物

抜き型



ハロウィンの時季になると、おばけやかぼちゃのモチーフの抜き型がたくさん！●すべてスタイリスト私物

型抜きひとつで
気分もアガる

ハロウィンモチーフサンド



ざいりょう（作りやすい分量）

- サンドイッチ用食パン……6枚
- かぼちゃ（皮つき・種はとる）……150g
- A［砂糖……ひとつまみ
- 　 牛乳……大さじ1
- 　 塩、こしょう……各少々
- ベーコン……2枚
- スライスチーズ……4枚
- ハム……4枚
- のり……全形1/2枚
- バター……適宜

つくりかた

①かぼちゃのマッシュをつくる。かぼちゃは適当な大きさに切って耐熱皿に並べ、ラップフィルムをかけて竹ぐしがすっと通るまで加熱し、熱いうちに皮ごとフォークなどでつぶしてAをまぜておく。

②いちばん上にくるパン2枚は好みの型で抜く。ベーコンは半分の長さに切り、フライパンでさっと焼く。のりは半分の大きさに切る。

③2種類のサンドイッチを作る。パン→ベーコン半量→スライスチーズ1枚→①の半量を順に重ねていく。これを2回繰り返す（いちばん上は型で抜いたパンを重ねる）。もう一種類はパン→ハム2枚→スライスチーズ1枚→のり1枚の順に重ねていく。これを2回繰り返す（いちばん上は型で抜いたパンを重ねる）。※パンの具にふれる面はバターを塗っておくこと。

④型で抜いた模様に合わせてカットする。

＼ウチもやりました！／



2006年コモモデル
関谷教加さん

「かぼちゃを使ったスイーツのほか、手軽につまめるサンドイッチも欠かせません。カップや皿、テーブルクロスをハロウィンものにするのもポイント」



なんだかお顔が
うれしそう♪

ピック de なんちゃってチーズフォンデュ

ざいりょう（作りやすい分量）

- ブロッコリー……1/3株
- えび……5～6尾
- パプリカ（黄）……1/2個
- バゲット……1/8本
- ミニトマト……5～6個
- ピザ用チーズ……150g
- コーンスターチ……大さじ1
- A［牛乳……1/2カップ
- 　 にんにくすりおろし……1/2かけ分
- 塩、こしょう……各少々
- キャベツ（土台用）……1個

つくりかた

①ブロッコリーは小房に分け、えびは殻をむいてそれぞれ塩ゆでする。パプリカ、バゲットは適当な大きさに切る。ミニトマトは洗ってへたをとる。

②耐熱のボウルにチーズを入れ、コーンスターチを加えて全体によくまぶしておく。Aを加えてレンジ（[illegible]W）で約2分加熱し、とり出したらホイッパーで[illegible]まぜ、塩、こしょうで調味する。

③キャベツにアルミホイルを巻き、ピックに刺した①の具[illegible]を刺していく。②をつけながら食べる。

hudie.com







にんまりお顔には
なにが入っているのかな？

作製／コーガー亜希子

そうだ!! サプライズグッズも忘れずに♥ 5

ハロウィンならではのおかしやおもちゃも、ただ
プレゼントするだけじゃつまらない！ 趣向をこらした
アイデアで、子どもたちをびっくりさせて。

中に入れるおかしは割れにくいものを

おばけのピニャータ

メキシコのくす玉「ピニャータ」をハロウィン向けにアレンジ。土台を乾かすのに時間はかかるけど、つくりかた自体はかんたん。写真のようにひもでつっても、床に置いてすいか割り感覚でたたいて割っても◎。

ざいりょう

〈土台用〉ゴム風船、新聞紙または半紙、小麦粉、水、絵の具またはラッカー（オレンジ）、画用紙（黒）、麻ひも
〈飾りつけと中身用〉色紙、薄紙、おかし（たたいても割れないようなチョコ、アメ、ガムがおすすめ）

つくりかた

1. 容器に水と小麦粉を入れてよくまぜ合わせ、のりをつくる。
2. ゴム風船をふくらませ、小さくちぎった新聞紙または半紙をはっていく。これを2～4層に重ねる（ざるやサラダボウルなどにのせると安定して作業がしやすい）。完成したら一晩おいて乾燥させる。
3. でき上がりが弱そうであれば、もう一度、小さくちぎった半紙を上からはっていき、もう一晩乾燥させる。
4. 絵の具かラッカースプレーで色づけする。
5. 乾いたら上部におかしや紙ふぶきなどが入る程度の穴をあけ、内側の風船に針を刺して割り、割れた風船をとり出す。
6. 色紙や薄紙を適当に細かく切り刻んだもの、おかしを穴から入れる。穴を閉じ、黒の画用紙で目と鼻、口をつけ、ひもをつける。

＼ウチもやりました！／



2007年コモモデル
コーガー亜希子さん

「ひもを引っ張るとおかしがドバーっと出てくるくす玉みたいにしてつくったら大盛り上がり。いつもはクリスマスにつくるけど、ハロウィンにもいい！」





中に入れるならこんなもの

おかし



パッケージがかわいいおかしはハロウィンの時季になるとたくさん店頭に。個包装がマスト！●〈写真右から〉チョコレート（パンプキン）630円、〈フクロウ、ドクロ〉各682円、〈ゴースト〉357円、キャンディ1,050円／以上PLAZA GINZA

おもちゃ



おかしだけでなく、小さなおもちゃもおみやげがわりに入れてあげると楽しさ倍増！ 形が残るので、いい思い出になります。●〈写真右から〉オーナメント各315円、缶つきキーホルダー各693円／以上PLAZA GINZA
©Perleberg GmbH cards and more

ドキドキ、ワクワク感がたまらない！

びっくりつかみどりボックス

市販のつかみどり用ボックスに、画用紙を好みの形に切ってはりつけただけ。手を入れるところは、裏側から三角に切った紙を重ねてはり、中が見えないようにするとドキドキ感もアップ。がぜん盛り上がります。



手を大きく広げて
たくさんつかんだ人の勝ち！



ざいりょう

つかみどり用ボックス、画用紙、
好みのおかしやおもちゃ

つくりかた

1. ボックスの上部の穴に、箱の中身が見えないよう、三角形に切った画用紙を重ねながら裏側からはりつける（穴があいていない場合は、子どもの手が入る大きさに丸くくり抜く）。
2. 画用紙でおばけや手などのモチーフをつくり、①のボックスにはりつける。

蝴蝶网
hudie.com

6 さぁ、クライマックス!

思い出持って かえろ。

楽しかったパーティーが終わったら、大切な思い出をおうちに持って帰りましょう。「またやろうね！」の気持ちをこめて。



ざいりょう
エコバッグ、フェルト（オレンジ、紫）

つくりかた
1 エコバッグは表裏をひっくり返し、底の部分が丸くなるように縫う。
2 再びひっくり返し、フェルトでおばけの顔をつくり、はりつける。

使ったのはコレ!



薄手のエコバッグならプチプライスで購入できて、ミシンでささっと縫いやすい。子どもが持って帰るので、小さめサイズでOK。

底をまぁるく縫って、お好きなお顔をつけるだけ☆

オリジナルの おみやげバッグ

たくさんもらったおかしを持ち帰る用のバッグは、薄手で安く購入できるエコバッグをリメイク。底が丸くなるようにミシンで縫い、フェルトでお顔をつければあっという間に完成！ 名前をつけてもかわいい。



ざいりょう
色画用紙2種（A4サイズ）×人数分、好みのペンやシールなど

つくりかた
1 色画用紙2種のうち1枚に、写真をはさみ込めるよう、切り込みを入れる。
2 もう1種の色画用紙を重ねてはりつける。写真をはさみ、ペンでメッセージを書き、シールなどで飾りつけをする。

使ったのはコレ!





（写真上）こだわりオートでシーンにふさわしい撮影が可能。●デジタルカメラ「PowershotA1100」（写真下）片づけや収納に便利なバスケット型。自動補正で仕上がりもキレイ！ ●フォトプリンター「SELPHY CP790」ともにオープン価格／キヤノン





フォトフレーム
いらずのワザありカード

台紙の折り方しだいで、そのまま写真立てになる！

そのまま飾れる フォトカード

思い出づくりに写真は必須。撮ったその場でプリントできるフォトプリンターは1台あると大活躍。台紙に写真をはさみ込み、メッセージを書いてプレゼントすればいい記念に。そのまま飾れるのもうれしい！

＼ウチもやりました！／



2005年コモモデル
有江真弓さん

「昨年は自宅でパーティーをやりました。撮影した写真は後日スクラップブックにしてお友だちにプレゼント。その場でプリントできるフォトプリンターがあればもっと便利かも！」

ハロウィングッズが充実のお店

手軽にハロウィングッズが手に入るコモおすすめのショップをご案内。最寄りのショップはインターネットや電話にてお問い合わせください。

SHOP GUIDE

クレアーズ 渋谷宇田川町店

ママも仮装が楽しめる！



キラキラやピンク、リボンやネオンカラーなど、流行[illegible]識したアイテムが[illegible]り。ヘアアクセ[illegible]はママの仮装[illegible]もとり[illegible]すいはず[illegible]03-5428-9166

http://www.clairesn.co.jp/

トイザらス

ハロウィンコーナーを展開中！



コスチューム&アクセサリーのほか、デコレーション・アイテムやおかし[illegible]り扱い中。オンライン[illegible]トアもあり。[illegible]20-577-101（日[illegible]ザらス店舗案内ダイヤ[illegible]

http://www.toysrus.co.jp/

PLAZA GINZA

にぎやか雑貨がたくさんそろう



輸入生活雑貨店。9月中旬よりハロウィン商品が続々入荷！ 数に限りがあるのでお早めに☆オンラインショップあり。●☎03-3575-2525（11:00～21:00）

http://www.plazastyle.com

カメヤマキャンドルハウス CHA青山店

キャンドルといえばココ！



ハロウィン用のキャンドルはもちろん、ジェルジェムなどの雑貨も豊富。オンラインショッピングも可能。●☎03-3478-7715（11：00～19：00、10月は月曜定休）

http://k-design.kameyama.co.jp/

蝴蝶网 hudie.com

モデル＆
モデル大募集！
てみませんか？

「Como」の誌面を飾ってくれているのは、
全員ホントのママたち。
彼女たちのように「いつまでもキレイな
ママって言われたい」「新しいことにトライしたい」
「女性としてもっともっと輝きたい」という
ママを大募集します。ファッション、美容、
インテリア、料理に手作りなど、
いろいろなジャンルで誌面に登場してみませんか？
東京での撮影が基本の「コモモデル」と、
年2回恒例の全国スナップに参加してくれる
「スナップモデル」を募集します。おしゃれ自慢のママ、
新しい自分を見つけたいママ、お待ちしています！



2009年4月号　新コモモデル発表!　撮影／大嶽恵一



小田志津香さん
（30才・男の子2才）



なにより義母が喜んでくれて、私の載っているComoを友人に見せているそうです。嫁の株が少し上がったでしょうか（笑）

2009年9月号　大人ナチュラル服
撮影／大嶽恵一

思いきって応募して　ホントによかった！　新しい自分に出会えた　気がするんです！

それまで子ども中心の生活だった私にとって、月に1～2回でも撮影で都心に出てくるなんて考えられませんでした。いまはその日が楽しみでいいメリハリになっています。実家の両親も孫に会えるので喜んで子どもを預かってくれて助かります。

撮影では、思ったように動けなかったり笑顔がじょうずにできなかったりと、まだまだ失敗ばかりですが、スタッフのみなさんがとてもあたたかく、楽しく参加させていただいています。いままでの私だったら、はかなかっただろうショートパンツをはいてみたり、ファッションでも冒険できるようになり、新しい自分に出会えた気がしますね。

応募するだけでも私にとっては大きなチャレンジだったのですが、いまは思いきってポストに投函してホントによかった！　と思っています。ぜひ、みなさんもチャレンジしてみてください！



スナップでは
息子といっしょに。
このページを見て「ママ！」と
指さすんですよ！

2009年8月号
ママのサマースタイルSNAP
撮影／松本有隆

■コモモデル応募要項

■応募条件／以下の条件を満たすComo の読者ママならどなたでもご応募ください。①都内のスタジオまで2 時間以内で撮影に来られる方。②2009年10月現在、他誌の専属モデルになっていない方、モデルクラブに所属していない方。

■応募方法／①全身写真　②顔がはっきり写っている上半身のカラー写真（帽子はかぶらないでください。コピーは不可）③お子さんといっしょの家族写真　のそれぞれを用意し、②の裏に左の応募用紙を貼って封書でお送りください。

■締め切り／2009 年11月6 日（金）当日消印有効

■審査方法／写真による1次審査後、オーディションを行います。オーディションに来ていただく方には11 月下旬に編集部からご連絡を差し上げます。オーディションは東京で12 月上旬に行います。会場までの交通費などは自己負担です。

■発表／Como 2010 年4 月号（予定）

■全国スナップモデル応募要項

スナップ撮影地 札幌／東京／横浜／名古屋／大阪／神戸／福岡

■応募条件／以下の条件を満たすComo の読者ママならどなたでもご応募ください。札幌・東京・横浜・名古屋・大阪・神戸・福岡まで撮影に来られる方。会場までの交通費などは自己負担です。

■応募方法／①全身写真　②顔がはっきり写っている上半身のカラー写真（帽子はかぶらないでください。コピーは不可）③お子さんといっしょの家族写真　のそれぞれを用意し、②の裏に左の応募用紙を貼って封書でお送りください。

■締め切り／2009 年10月9 日（金）当日消印有効

■審査方法／写真による審査後、編集部より直接ご連絡いたします。撮影は11 月を予定しています。

■発表／掲載はComo 2010 年2 月号を予定しています。また、夏にも同様の企画を予定していますので、応募された方にはそのときにもお声がけすることもあります。

蝴蝶网 hudie.com

2010年コモ スナップ

Comoで"新しい自分"発見



ママ友も応援してくれて「見てるよ」と言ってもらえるとうれしいですね！

2009年6月号
5分でできる! ヘアアレンジ
撮影／今井 暖



林 羽衣子さん
(25才・男の子4才・男の子1才)



毎月の撮影がすごく楽しみ！

その日のために家事も育児もがんばっています！

子育てに追われて自分のことはあと回しにしていた私ですが、コモモデルに選ばれてからは撮影できれいにヘアメイクをしていただけるのがとても楽しみ！

鏡の中で変わっていく自分を見ながら毎回幸せな気分に浸っています（笑）。月に1～2回の撮影ですが、編集部から電話が来ると、その日を楽しみにすることで家事も育児もがんばっています。

応募したときは関心がなさそうだった夫も、いまではComoが送られてくることを誰よりも楽しみにしていて、「今月はいっぱい載ってるな」とか「やっぱり先輩モデルさんのほうが笑顔がうまい！」なんて勝手なことを言っています。でも、たしかにまだうまくポーズができないので、先日も高村さんの撮影をじーっと見ちゃいました。

先輩コモモデルさんの動きはすごく参考になるんです。そしてそんな、「ガンバる自分」を発見できたことも大きな収穫。ぜひみなさんも少しでも興味があれば応募してみてくださいね！



最近、上の子が「撮影」という言葉を覚えて「ママ、きょうはサツエイ？」と聞くんです。

2009年8月号
ママのサマースタイルSNAP
撮影／松本有隆

キリトリ線

Comoモデルの応募写真の裏面に貼ってください

フリガナ
お名前　　年齢（　　）才
お子さんの年齢性別（　才 男／女）（　才 男／女）（　才 男／女）
住所 〒
TEL　　FAX
携帯電話
身長（　　）cm　体重（　　）kg
バスト（　　）cm　ウエスト（　　）cm　ヒップ（　　）cm
洋服のサイズ（　　）号　足のサイズ（　　）cm
モデル歴（読者モデルも含む）　□あり　□なし
現在仕事は　□していない　□している　勤務時間（　：　～　：　）
趣味・コメント

キリトリ線

スナップモデルの応募写真の裏面に貼ってください

フリガナ
お名前　　年齢（　　）才
お子さんの年齢性別（　才 男／女）（　才 男／女）（　才 男／女）
住所 〒
TEL　　FAX
携帯電話
E-mail（PC）
（携帯電話）
身長（　　）cm　体重（　　）kg
バスト（　　）cm　ウエスト（　　）cm　ヒップ（　　）cm
洋服のサイズ（　　）号　足のサイズ（　　）cm
モデル歴（読者モデルも含む）　□あり　□なし
現在仕事は　□していない　□している　勤務時間（　：　～　：　）
趣味・コメント

■あて先

〒101-8911 東京都千代田区神田駿河台2-9
主婦の友社コモ編集部「Comoモデル募集」係または
「スナップモデル募集」係

※コモモデル・スナップモデルに重複してご応募も可能です。
※応募書類は返却いたしません。また合否に関するお問い合わせには一切お答えできませんのでご了承ください。
※この企画にご応募いただいた個人情報は、当該目的以外には使用いたしません。外部への委託、提供の可能性はありません。
※主婦の友社のプライバシーポリシーに関する詳細は、弊社ホームページ http://www.shufunotomo.co.jp/をご覧ください。

のための「シワ対策」レシピ

出産、子育て、家事……忙しい毎日を送っているうちに、気づけば若い頃にはなかったシワが！　そんなママの肌悩み、シワについて徹底分析。原因からお手入れ方法、上手にカバーするメイク術まで、役立つ情報が満載です。



シワのあり、なしで見た目年齢に大きな差が！

最近シワが気になりはじめた人に質問！　顔の中にシワを発見すると、それだけで一気に老けたような気分になりませんか？　それは「シワがある顔と、ない顔では見た目年齢に大きな差があるから。例えば唇がふっくらしていると若々しい印象だけれど、シワシワの梅干しみたいな唇はぐっと老けて見えますよね」（犬木さん）。しかも「シワができる肌＝年齢を重ねてやせた肌。肌がやせて薄くなると、シワができるだけでなく、顔の骨格がゴツゴツと目立って、より年齢感が出てきます」（高見先生）

大きく2種類に分けられるシワ、1つは乾燥が原因

老け顔の原因となってしまう怖～いシワですが、実は大きく分けて2種類のシワがあると判明！　まず1つ目は「肌表面にできる表皮性のシワ。これは乾燥によってキメが乱れ、一時的にできるものので乾燥による小ジワです」（竹内さん）。その乾燥の原因としては「紫外線による日焼けをはじめ、間違ったスキンケアなどさまざま。年齢を重ねるごとに、表皮の保湿成分や皮脂が失われやすくなるのも原因の1つ」（高見先生）。ちりめんジワは、肌が乾燥しがちなママが陥りやすい事態といえそう。

ワンピース 6,195円／179/WG（ニコル）

お話をうかがったのは……

ポーラ研究所
皮膚薬剤研究部
研究員
竹内啓貴さん



入社以来7年間、シワの研究に携わるスペシャリスト。趣味のサッカーで日焼けをしても、スキンケアを欠かさないというこだわり派。

タカミクリニック＆
メディカルスパ院長
高見 洋先生



ニキビやアンチエイジング治療を中心とした施術を行う美容皮膚科医。世界で唯一のヒアルロン酸注入の顧問指導医としても活躍中。

タカミクリニック＆メディカルスパ
㊟東京都港区南青山3-18-5 モンテプラザ2F･3F ☎03-5414-6055（初診の方）診療時間：11時～20時半（要予約）㊡水・日・祝　HP：http://www.takamiclinic.com/㊕初診料 3,150円、ヒアルロン酸注入（目尻のシワ）126,000円～



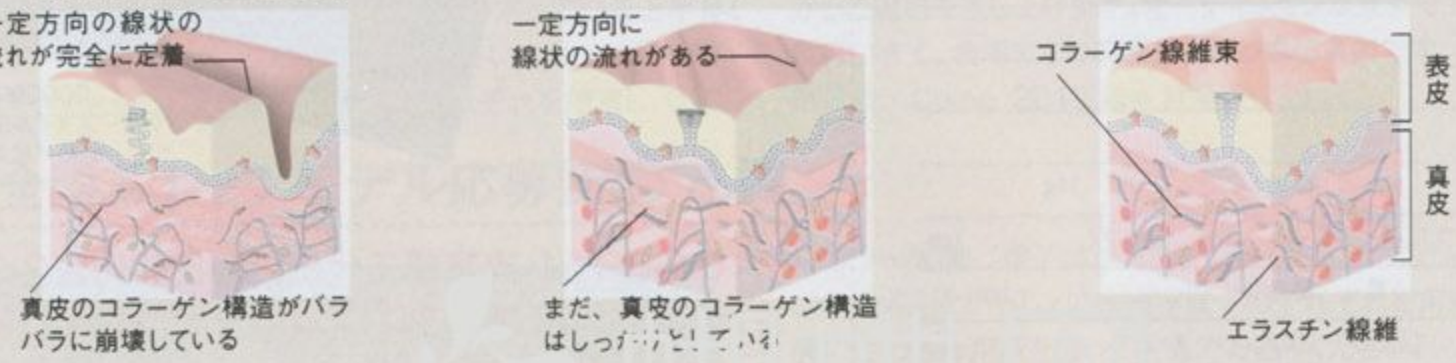
ヘア＆メイク
犬木 愛さん



ファッション誌を中心に活躍、自然な女らしさを引き出すメイク術に定評あり。スキンケアにも詳しく、モデルの肌相談に乗ることも。

シワのある肌＆ない肌の違いをマスター

※資料提供：ポーラ研究所



真皮性のシワのある肌：束ねられていたコラーゲンが1本1本バラバラになり、弾力がない状態。こうなると、肌についた線状の流れも元に戻すことができない。

表皮性のシワのある肌：うるおい不足によって肌表面のキメが乱れ、柔軟性が失われている。キメの線状の流れが目に見える状態。

シワのない健康な肌：表皮にキメがふっくら整い、肌表面の柔軟性がある。真皮はコラーゲン構造がしっかりとしており、ハリや弾力をキープできている状態。



唇の縦ジワをピンとのばしてぷっくり唇に

実は年齢が出てしまうパーツが唇！

アンチエイジング効果の高いビタミンC誘導体やビタミンE誘導体、コラーゲン生成を促す成分も。●タカミ リップエッセンス プラス 6g 2,625円／タカミラボ

hudie.com

Como Skin care 特集

撮影／鈴木希代江（モデル）、菱谷理恵（商品） ヘア&メイク／犬木 愛 スタイリング／松木羊子 モデル／有江真弓（コモモデル） 取材・文／遠藤まゆみ
●掲載協力店リストは179ページにあります。

29才過ぎたら本格シワケアが必要です！

大人可愛いママ

蝴蝶网 hudie.com

肌ゆるみをセルフチェック！ シワ警報をキャッチしましょう

肌ゆるみのサインはたくさん。1つでも当てはまれば、肌内部で変化が起きている可能性アリ！ 早期発見で、手遅れになる前にケアしましょう。



額 細かい横ジワが気になる

ほお 枕やシーツの跡がつくと消えにくい

口元 口角が下がって不機嫌な印象に見える

口のまわり ほうれい線のシワが気になる、ファンデがたまる

眉間 細かい縦ジワが気になる

目尻 ハリがなくて笑いジワが消えにくい

目の下 ちりめんジワがある、ファンデがヨレる

毛穴 毛穴の形が涙形になって目立つ

フェイスライン フェイスラインがぼやけてはっきりしない

シワの種類に合わせたアイテムを！



肌ゆるみを先回りケアしてシワを早めに予防！

植物抽出保湿成分、CGディフェンサーを配合。キメをふっくら整え、ゆるみを感じさせない肌に。●リンクル ショット エッセンス 50ml 12,600円／ポーラ

レチノール入り美容液で定着ジワをケア

1押しに1,700個のレチノールカプセル配合。●エリクシール シュペリエル レチノバイタル エッセンス 80ml 7,140円（編集部調べ）／資生堂（医薬部外品）



紫外線がシワをつくる原因に！

老化を加速させる紫外線A波もしっかりカット

透明になじむので白残りせず、しっとりした使用感。●ソフィーナ ボーテ UV乳液 しっとり 40g 3,675円（編集部調べ）／花王ソフィーナ（SPF24・PA＋＋）



保湿力が高くちりめんジワも同時にケア！

うるおいの層を作って日中の肌を守るUVカット美容液。●イリューム モイスト キャプチャー UV 30g 3,675円／マックス ファクター（SPF18・PA＋＋）



2つ目は老化が原因、しかも29才から危険信号

2つ目はさらに奥、真皮の弾力が失われてできる深いシワですね。老化が進むと肌のボリュームが減り、シワができやすくなります。そして目元など表情の変化でよく動く部分はシワが定着しやすいんですよ」（高見先生）。でも定着ジワはもう少し先の話、と思いきや「実は真皮のコラーゲン構造が悪化する〝肌ゆるみ〟がはじまるのは29才だといわれています。そして肌が壊れはじめるのを実感するのが30代前半。つまりコモ世代は、乾燥による小ジワができやすく、定着ジワもできはじめる、いちばん大事な年代といえます」（竹内さん）

シワを防ぐためにママに必要なのは保湿&真皮ケア

今やるべきことは「まずはUVケア。乾燥や老化を加速させる紫外線は両方のシワの大敵です。それから、乾燥による小ジワは、年齢に関係なく乾燥すればすぐできますが、そのぶんケアすればすぐ消えます。定着ジワには、コラーゲン線維を束ねて再構築する成分の入ったものを使って」（竹内さん）。「眉間にシワを寄せるなど、表情のクセも定着ジワを悪化させる一因。日常生活での習慣を見直してみることも効果的ですよ」（高見先生）

結論！

ちりめんジワに必要なのは徹底した保湿ケア！ Part 1 p.60へ

乾燥が原因である"ちりめんジワ"は、うるおいにくいコモ世代が陥りやすい事態。ただし一時的なものなので、きちんと保湿をすれば消える可能性大！

定着ジワを撃退するためには真皮に働きかける本格ケア！ Part 2 p.62へ

"定着ジワ"は真皮がダメージを受けて肌がゆるむことが原因。コモ世代はこのスタート地点に立っている状況なので、早めに対処して深くなる前に撃退！

若々しく見せるならシワ隠しメイクをマスター！ Part 3 p.65へ

Part 1

乾燥するとすぐできる困りもの

ちりめんジワケア

“たっぷりうるおい補給し、シワをピンとはね返して”

ちりめんジワのケアは「化粧水、クリームという日々のケアをしっかりやるのが基本。それに加えてコットンパックやマッサージなど、さらに一歩進んだ保湿ケアをとり入れるのがコツですね」(大木さん)。乾燥が原因ならたいしたことない、と思いがちですが「ケアを怠って表皮がボロボロになると、結果的に真皮のダメージ=定着ジワにつながることも。油断せずしっかりお手入れを」(竹内さん)

Care 1 コットンパックでうるおい補給

化粧水を使ったコットンパックは手軽にできるシワケアの1つ。とくに保湿がカギとなる“ちりめんジワ”にはかなり有効です。週2～3回、たっぷり水分を与えてあげて。



1 コットンに化粧水を含ませる

水に浸してしぼったコットンに化粧水をたっぷり含ませる。それを4～5枚にさき、パックの準備をする。



2 乾燥しやすい部分を中心に貼る

1でさいたコットンを乾燥しやすいほおなどを中心に貼りつける。目のきわギリギリのところまでカバーして。



3 ラップでおおってポイントケア

余裕があれば、小さく切ったラップをとくに乾燥の気になる部分にオン。そのまま10分ほどおき、はがして終了。



うるおい高密度で、もっちりはずむ肌に導く。●アクアレーベル モイスチャーローション(R) 200ml 1,680円（編集部調べ）／資生堂

Care 2 イキイキ肌を復活させるクリームマッサージ

クリームを塗るついでに、リンパマッサージをとり入れるのも効果大。肌にたまった老廃物を排出できるだけでなく、とどこおった血行も促されて肌の力がよみがえります！



1 あごからこめかみへ向かって

クリームを顔全体になじませたあと、指の腹を使ってあごからこめかみへクルクルとらせん状にマッサージ。

2 ほおからこめかみへ向かって

次は鼻の横をスタート地点とし、ほおを通ってこめかみまでクルクルとマッサージ。力を入れずやさしいタッチで。

3 額は放射状にマッサージ

額は眉間をスタート地点として、生えぎわへ向かって放射状にマッサージ。最後にこめかみへ流すようにして。

4 目まわりをグルリと一周させる

目頭→下まぶた→目尻→目頭というルートでグルリと一周。目尻をおさえて肌を固定しておくとヨレなくて◎。



5 ほうれい線をグッと持ち上げる

親指をフェイスラインの下にあて、人さし指全体を使ってほうれい線をグッと持ち上げる。終了地点はこめかみ。

6 最後にリンパを流して完了

耳から首筋までをなで下ろし、鎖骨にそって内側から外側へリンパを流す。これで老廃物の排出が促される。

Care 3 化粧水前のブースターで浸透力UP！

ちゃんとお手入れしてもなぜか乾く。化粧水がなかなか入っていかない。そんなママにはブースターがおすすめ。1本プラスすれば、普段の化粧水のうるおい力も倍増！



1 4点に置いてからなじませる

額、左右のほお、あごの4点に置いてから手のひらで顔全体にのばす。薄くムラなくなじませるのがポイント。

2 ピアノタッチで目元にたたきこむ

目元などシワのできやすい部分は、ピアノを弾くような軽いタッチで指をパラパラと動かしてマッサージ。



次に使う化粧水のなじみをよくする美容液。肌のバリア機能もうるおい力もUP。●イリューム セルフモイスト プログラム 30g 5,040円／マックス ファクター

Care 4 お手入れの最後はハンドプッシュ！

蝴蝶网 hudie.com



手のひらで顔全体を包み、やさしくプッシュ。こうすると体温で化粧品がなじみやすくなり、浸透を促すことができます。いつものお手入れの最後に習慣づけましょう。

グリーンカーディガン 3,990円／179/WG（ニコル） キャミソール 1,365円／エル プラネット（イトキン）

column 出産後、肌が敏感になった……というママは専用コスメを

妊娠＆出産を経て、肌が敏感になってしまうママは意外と多いもの。敏感肌は水分がとびやすく、乾燥しがちなのでちりめんジワの危険性大。肌にやさしい化粧水でうるおいを与えて。



うるおう細胞を育てるぷるんとした化粧液。浸透力◎。●アクセーヌ セル モイスチュア ウォーター 150ml 5,250円／アクセーヌ

基本アイテムこそシワを防ぐカギ

高保湿化粧水

肌の土台づくりに重要な化粧水こそ、贅沢なうるおいを与える高保湿タイプを。プラス、浸透力のいいものを選ぶのがミソ。



D
美容液なみのうるおい力で365日乾かない

F
とろみ感触でつけた瞬間からしっとり♥

E
枯れたママ肌にツヤ&ハリをとり戻す!

C
ママのゆらぎ肌を癒して守り、ふっくら整え

B
使うほどに肌が元気になって若々しさ復活!

A
うるおわない肌にもぐんぐん入りもっちり仕上げ

A肌のうるおいを守る成分、NMFを増強する効果あり。質のよい元気な細胞をはぐくむローション。●アミノモイストローションI 160ml 3,675円/Jino　B浸透力に優れ、肌の奥までうるおいチャージ。血行促進効果で肌がイキイキと変化! ●ドルティア ハイドロサーバー M (n) 140ml 4,410円/カネボウ化粧品(10/16発売)　C肌内部の水をめぐらせ、キメ細やかな美白肌に。●アユーラ ウェルバランス バランシングプライマーII 100ml 4,725円/アユーラ ラボラトリーズ(医薬部外品)　Dヒアルロン酸など保湿成分も。コクのある感触。●イリューム モイスト キャプチャー エッセンス ウォーター 150ml 2,625円/マックス ファクター　E肌の奥まで成分をしっかり届け、きかせる化粧水。あとに使う化粧品がなじみやすい環境に。●ソフィーナ ボーテ 化粧水IV 160ml 2,940円(編集部調べ)/花王ソフィーナ　F保湿成分のモイスチャーセラミドカプセルによってうるおうハリ肌に。●アグレーラ ローション リフトモイスト 120ml 4,725円/ポーラ

ちりめんジワケアのおすすめアイテム

蝴蝶网
hudie.com

集中保湿の強い味方といえばコレ

シートマスク

簡単にたっぷりのうるおいをチャージできるシートマスクは週1回のスペシャルケアに。翌朝のぷるぷる感が違います。



厚みのあるシルクコットンのマスクは液だれすることなく顔にぴったりフィット。10分後にはふっくらなめらかな肌に変身。●スーパー アクア マスク N 6枚 13,860円/ゲラン

美容液1本分の贅沢マスクで超集中保湿

ゴワゴワ肌もやわらかく変化する乳液マスク

リッチなうるおいと油分を与える、アルビオンの乳液力を濃縮した逸品。使用後はしなやか肌に。●エクサージュ モイスト コンデンスミルクマスク 5枚入 4,725円/アルビオン

立体シートでほうれい線にもぴったり密着

顔のすみずみまで包み、首までケアできる3Dマスクを採用。美容液1本分を含む贅沢さ。●インプレス コンセントレートマスク 3D 35ml×6枚入 10,500円/カネボウ化粧品

うるおいを閉じ込めてしっとり保つ

クリーム

コモ世代なら、乳液よりも保湿力が高いクリームを日常づかいに。かたくなりがちな表皮もやわらかく保てます。



A
寝ている間、お疲れ肌にうるおい補給

D
秋冬の過酷な肌環境の中でもしっとりが続く

C
乾燥と毛穴、気になる悩みを同時にケア

B
即効で濃密な栄養&油分をチャージ可能!

A保湿成分として月下美人エキスやヒアルロン酸を配合。肌にとけこむようになじみ、疲れた肌をやさしく包む。●つき華 クリーム 30g 4,200円/メナード　B水分を必要なとき最適バランスで供給する機能が。シアバターやヘチマオイル使用。●イドラ スパークリング リッチ 50ml 7,350円/パルファム ジバンシイ　C肌の老化を加速させる、酸化を防ぐ成分がたっぷり。●レストジェノール プライズチャージ クリーム 30g 6,930円/B&Cラボラトリーズ　D高濃度配合のユーカリエキスが肌のうるおう力をサポート。ベタつかず快適な使用感。●ソフィーナ ボーテ 浸透高保湿クリーム 50g 4,935円(編集部調べ)/花王ソフィーナ

Part 2

真皮が弱ってきて深いシワに

定着ジワケア

“真皮に働きかける専用アイテムでじっくりケアを”

定着ジワのケアは「真皮のコラーゲン構造が壊れているため、保湿をしても元に戻ることはありません。なのでコラーゲン構造へアプローチする、専用アイテムが必要になってきます」（竹内さん）。それをとり入れたうえで、日々のお手入れでできることは「専用アイテムを何度も塗りこんだり、無意識にやっている表情のクセを直すのも効果的。表情筋を鍛えるフェイスエクササイズもおすすめですね」（高見先生）

Care 1 目元はシワをのばして塗りこんで！

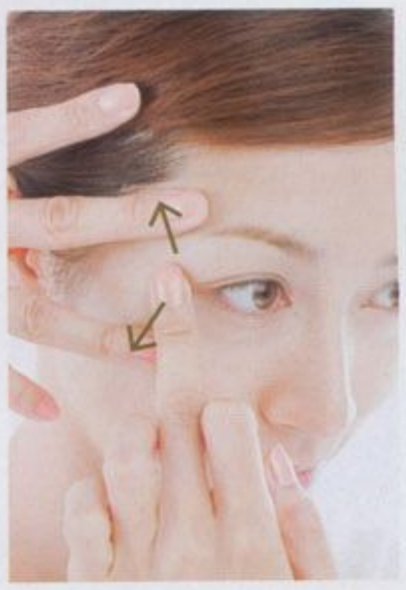
せっかく専用ケアアイテムを使っても、シワの溝の奥までなじんでいなければ意味なし。なんとなく塗るのではなく、シワをのばして徹底的に“塗りこむ”のが大事です。



リフトサポート成分で肌にピンとしたハリが復活。●ソフィーナ ボーテ リンクル美容液 25ml 4,935円（編集部調べ）／花王ソフィーナ

上下にピッとのばしてから塗りこむ

指で上下に軽く引っぱり、シワの溝の奥までしっかり塗りこむ。塗るときは余分な力の入りにくい中指を使って。



Care 2 ピーリングで余分な角質をオフして効果UP！



化粧品の浸透が悪いなと感じたり、なかなか効果が出ない人は、もしや古い角質がたまっているのかも。自宅でできるピーリングアイテムで浸透のいい肌に整えましょう。

洗顔後の清潔な肌にやさしくなじませる

手のひらもしくはコットンに含ませて顔全体になじませる。ザラつきが気になる部分は集中的になじませて。



毎日使えるソフトピーリング化粧水。必要なものを残しながら、つるすべの肌に導く。●タカミ スキンピール 30ml 7,500円／タカミラボ

Care 3 ドライヤーの使い方で表情グセを予防



髪を乾かすとき無意識に上目づかいになり、額に横ジワが寄っていませんか？ それを防ぐため、ドライヤーを使うときは基本的に目を閉じて。こんな工夫がシワ改善に◎。

イエローカーディガン 2,900円／アンラシーネ チュニック 14,700円／プレフェレ(to-Destination)

Care 4 フェイスエクササイズで額の横ジワをはね返す！



額の筋肉を鍛え、肌にハリを出すのが目的。でも額の筋肉は眉を上げるために存在しているため、動かして鍛えようとすると眉が上がる＝シワが寄る、と逆効果に陥るおそれが。眉をおさえてシワを寄せずにエクササイズを。

額と同時に眉間のシワもケアする運動

額にシワが寄らないように指で眉をおさえつつ、眉間から額にかけての筋肉をクイックイッと上へ動かす。

Care 5 年齢が出やすい首&デコルテも忘れずに

皮膚が薄く、繊細なのに意外とお手入れが行き届かないのが首元。顔用クリームをお手入れついでにのばすのもよいけれど、余裕がある日は専用アイテムでマッサージを！



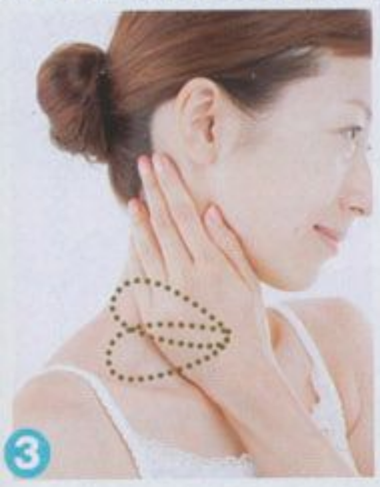
①**クリームを４点に置いてからのばす**

適量を手にとり、デコルテの４点に置く。それを首から胸元へ向かって、上から下へやさしくのばす。



②**血流の流れを意識しながらなじませる**

首を少し横に傾け、あご下中央から耳の下、耳の下から鎖骨へ、４本の指を密着させてなじませる。



③**手のひらでクリームの浸透感を高める**

手のひらをこすって少し温める。首を少し横に傾け、首、鎖骨、鎖骨下の３カ所を包むようにして温める。



④**４点をプッシュしてハリ&透明感UP**

鎖骨の下の４点を内側から外側へ向かってプッシュする。このプロセスでデコルテにハリ&透明感が。





右・首元のコラーゲン生成を促進。●レネルジー モーフォリフト R.A.R.E. ネッククリーム 51g 10,500円／ランコム（10/16発売）

左・皮膚の薄いデコルテに負担をかけず、みずみずしくうるおわせるクリーム。●ザ デコルテクリーム B.A 80g 15,750円／ポーラ

column サプリで肌の内側からも定着ジワを攻撃！

サプリでシワケアをするならコラーゲンと相性のいいビタミンC、年齢肌のサインを食い止[illegible]るアスタキサンチンなどを積極的にとろう[illegible]。



1[illegible]アミノ酸、ビタミンC、ビタミンB、ミネラルなど約60種[illegible]有用成分を配合。個装タイプ。●タカミサプリ 30[illegible]約1カ月分）[illegible],500円／タカミラボ

hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

定着ジワケアのおすすめアイテム

just recommended

気になる部分を集中攻撃！

目元・口元用

定着ジワができやすいのは目元や口元。ココを
ピンポイントにケアできる
アイテムを1つ常備しておいて。
気がついたときに何度も塗るのが効果的。



A
わずか10分で
目元イキイキ！
優秀アイパッチ

B
はがした瞬間、
目元&口元が
ピンッと激変

C
アイスプーンと
セットづかいで
目元疲れを一掃

D
部分用美容液&
目元マスクで
シワを徹底ケア

E
目元をふっくら
持ち上げて
形状記憶！

F
肌の代謝UPで
若々しい
まなざしを実現

G
アイメイクが
ヨレずにキマる
リッチな美容液

H
強くしなやかな
コラーゲンを
どんどん作る！

I
エイジングケア
成分を限界まで
高濃度に配合！

J
朝晩使えば
24時間、効果が
続く頼もしさ

K
ぷるぷるシートが
乾燥とシワを
一度でリペア！

A酵母エキスで作られたジェルパッチ。●トップ シークレット インスタント アイ パッチ 2枚入×8セット 6,825円／イヴ・サンローラン・ボーテ **B**高い密閉効果のシワ専用シート。●ソフィーナ ボーテ リンクル美容シート 12セット(24枚)入 2,625円（編集部調べ）／花王ソフィーナ **C**アイスプーンのマッサージで血行促進。●アユーラ センシエンス バイタラクティブアイポット 30g 10,500円／アユーラ ラボラトリーズ（医薬部外品） **D** 純粋レチノール配合でハリ感UP。●エリクシール シュペリエル レチノバイタル アイマスク 12包(24枚入) 5,040円、レチノバイタル クリーム 15g 8,190円（ともに編集部調べ）／資生堂（ともに医薬部外品） **E**エラスチンとコラーゲンを強化しシワ防止。●オバジ ダーマフォースアイ 20g 6,300円／オバジ **F**くすみやシミにも対応。●インナーシグナル リジュブネイトクリアアップアイズ 9g 5,250円／大塚製薬（医薬部外品） **G** ●エレガンス ハイドロ アイ コンセントレート 15ml 5,250円／エレガンス コスメティックス **H**シワをケアしつつ予防も。●アミノリンクルエッセンス エクストラ 15g 4,725円／Jino **I**シワを改善するカイネチンやビタミンB6などエイジングケア成分たっぷり。●タカミスキンクリーム プラス 31g 17,325円／タカミラボ **J** 肌本来のコラーゲン構造を守る部分用美容液。●リンクル ショット 27g 15,750円／ポーラ（医薬部外品） **K**美容液をかためたジェリーシート。●イリューム コラゲニング アイ ジェリーズ 10シート（20枚入）3,675円／マックス ファクター

定着ジワケアのおすすめアイテム
just recommended

シワのできにくい肌に立て直す！

全顔用アイテム

真皮レベルで衰えた肌を若々しい状態へもっていくのが全顔用アイテムの役目。美容液やクリーム、マスクなど形状はさまざま。とり入れやすいものを選んで。

I塗った瞬間から輪郭を引き締め、ハリ感あふれる肌に。朝晩の仕上げ用美容液。●レネルジー モーフォリフト R.A.R.E. コントゥール 25ml 10,500円／ランコム(10/16発売)　J女性ホルモンを呼び起こし、肌を若々しく復活させる独自成分を使用。●サクセス エイジ スプレンディッド オイル セロム 30ml 26,250円／ゲラン　K1日を通して肌のボリュームと張力を回復する1本。フリーラジカルからも肌を保護。●エクストレム コレクシオン ファーミング セラム 30ml 16,800円／シャネル



A
レチノール入り
シートマスクで
即効シワ撃退

B
通常アイテムの
5倍濃縮成分が
カプセルにIN

C
衰えてきた肌の
基礎体力を
グイッと底上げ

D
翌朝の肌は
弾むようなハリ
＆透明感が！

E
若々しい肌を
忠実に再現する
逸品クリーム

F
サラリと快適な
感触で極上の
もっちり肌！

G
ベストセラーの
万能美容液が
堂々リニューアル

H
ブランド史上
最高濃度の
レチノール美容

I
ゆるんだ肌を
引き締めて
強力リフト！

J
年齢知らずの肌
に導いてくれる
オイル美容液

K
細胞レベルで
肌を立て直して
赤ちゃん肌に♥

蝴蝶网 hudie.com

Aビタミンも配合、コラーゲンやエラスチンの生成を促進。●コルセス セラムマスク A 23ml×6枚入 8,400円／アルビオン(医薬部外品・10/18発売)　Bシリーズ共通のエイジングケア成分が5倍濃縮。1回ずつの使い切り。●ラディカリーノーサージェティクス インテンシブ 3ml×21個 33,600円／パルファム ジバンシイ　Cトラブル知らずの強い肌を作るため、お手入れを休んでも美肌が持続。●SK-Ⅱ スキンシグネチャー 80g 15,750円(編集部調べ)／マックス ファクター　D肌に老化物質を作り出す"糖化"に着目。これにアプローチして弾力感のある若々しい肌に。●B.A ザ クリーム 30g　33,600円／ポーラ(医薬部外品・10/3発売)　E 肌を健やかに保ち、ハリを再構築。ぴったり引き上げるような使い心地。●ユース サージ ナイト スキンタイプ1用 29g 6,300円／クリニーク ラボラトリーズ(10/15発売)　F独自のハリ付与成分が肌の奥まで浸透。●エスト リフトサポート マルチエフェクター 30ml 8,400円／エスト　G肌の奥深く、DNAレベルでの修復機能を最大限に発揮、あらゆる加齢の悩みに対応。●アドバンス ナイト リペア SR コンプレックス 50ml 13,125円／エスティ ローダー　Hピーリングで肌をリセットしながらシワをケア。●プロディジー リプラスティ ピール コンセントレイト 30ml 16,800円／ヘレナ ルビンスタイン

蝴蝶网
hudie.com



どうしても
＼若く見せたい日の／

Part 3

シワ隠しメイク

シワを隠したくてコッテリ塗ってしまいがちだけれど、「それがシワに入りこみ、逆に悪目立ちする場合も。あくまで薄くたたきこむのが大切」（犬木さん）。勝負の日こそ、ひと手間かけたナチュラルメイクで！

“厚塗りは逆効果！
浅いシワなのに
深く見えることも”

make 1 シワが目立つ部分は薄く、明るく見せて

目元をはじめ、シワが気になるところはハイライト効果のある部分用ファンデやコンシーラーで明るく仕上げて。コンシーラーはやわらかい質感のシワ用を選ぶのがコツ！



① ピンクの下地でハイライト効果

目の下、ほうれい線、口角の３点に暗い影が落ちていると老け顔に。下地の段階で明るくしておくのがポイント。



② ファンデは薄くたたきこむ！

ファンデはカバー力があり、くずれにくいリキッドが◎。目元などシワが気になる部分は念入りにたたきこむ。



ハイライト効果のあるパールピンクで透明感UP。●ルナソル ニュアンスチェンジファンデーションＢ 02 3,675円／カネボウ化粧品



③ ほうれい線はブクッとのばして

ほうれい線にファンデがたまるとシワが深く見えるので、ほおをふくらませて肌をのばし、よくたたきこんで。



④ コンシーラーは下まぶた用を使用

必要以上にのせすぎず、少量をピンポイントに置き、薬指でやさしくたたきこむようになじませる。



かための質感だとヨレやすいので、みずみずしいものを選んで。●ルナソル アンダーアイズベースＮ YL01 3,150円／カネボウ化粧品



⑤ 仕上げのパウダーはふんわりと

Tゾーンはパフでしっかり、目元はつけすぎると粉っぽくシワが目立つのでブラシでサッとのせて薄づきに。

make 2 黒目がちメイクで若々しいバンビEYE！

シワよりも瞳に目を向かせることで、自然と若々しい印象になれる“黒目がちメイク”。ただしアイラインを長くのばすとシワと同化して、悪目立ちするので注意！



① 上まぶた全体に太めにラインを

リキッドライナーで目頭から目尻まで、やや太めにしっかりラインを引く。目尻は長くのばさず輪郭どおりに。



コシの強い筆でブレにくい。●オーブ クチュール デザイニングリキッドアイライナー BK711 3,150円／オーブ クチュール



② 上まぶたにインサイドライン

ペンシルライナーで粘膜を塗りつぶすようにラインをかく。これで黒目が大きく、クリッとした目元に。



濃密な黒で目元ぱっちり効果大。●ラヴーシュカ パワーメモリーアイライナー BK-1 1,050円（編集部調べ）／カネボウ化粧品



③ マスカラは黒目の上下にたっぷり

上下まつ毛に全体的に塗ったあと、中央のみ重ね塗り。アイラインで強調した黒目をさらにきわ立たせて。



繊細な作業もラクちんのコーム型。●コフレドール ダブルアクションマスカラ BK-36 2,940円（編集部調べ）／カネボウ化粧品

ピンクニットワンピース 3,900円／e.a.p　ネックレス 2,940円／エルプラネット（イトキン）

撮影／長野奈々子　ヘア＆メイク／今井貴子
スタイリング／田丸奈央子　モデル／山田里美
（コモモデル）　取材・文／遠藤まゆみ
●掲載協力店リストは179ページにあります。

ママのキレイを引き出すソフィーナ ボーテから

乾燥対策のエキスパートが新登場！

年齢を重ねても、もっとキレイになりたいと願うママの味方ブランド、ソフィーナ ボーテから新作がお目見え！秋の深まりとともに乾きがちな肌を守ってくれるクリームは、ママの乾燥対策にぴったりのマストアイテムです。

普段から乾きやすいママの肌、秋はますます乾燥が進みがち！

毎日、化粧水や乳液でお手入れをしているのに乾燥してしまう……そんな悩みを抱えていませんか？　それはもしかすると、肌のうるおい成分「セラミド」が少なく、角層の奥まで乾燥しているのかも。しかも、秋は急激に肌が乾燥しやすくなる季節。肌の乾燥は見た目のツヤやハリ感のなさにもつながりやすく、「見た目年齢」にも大きな差が出てしまいがち。だからこそ、この秋は本格的な乾燥対策をはじめましょう！

あなたの肌の乾燥状態をCheck!

- ☐ ファンデーションのノリが、日によって変わってしまう
- ☐ こまめに保湿ミストで水分補給をしないと落ち着かない
- ☐ 夕方に鏡を見ると、透明感がなくなっている
- ☐ 目もと、口もとがつっぱってしまって、思いっきり笑えない
- ☐ これからの季節、加湿器が手放せない

✓の数が多い方は、「大人の乾燥」が進んでいるかもしれません！



こっくり、なのにベタつかない！

濃厚なクリームなのに、肌にのせた瞬間みるみるなじんでベタつかない。これなら「クリームのベタベタが苦手」なんて人や、クリーム初心者のママ友にもおすすめできます。

メイクがヨレないので朝から使える

ファンデーションがヨレない＆くずれないので、朝から使えて◎。しかも日中の乾燥までしっかり防いでくれて、化粧直しがラクになりました。もう保湿ミストなんていらないかも！

ワンピース8,820円　ニットベスト9,870円／以上congés payés ADIEU TRISTESSE

山田さんがはじめた乾燥ケアは…

SOFINA beauté

「ソフィーナ ボーテ 浸透高保湿クリーム」

家事や育児に忙しい中、キレイをキープしているコモモデルは、いち早く乾燥ケアをはじめています。山田さんが選んだのは、乾燥から肌をしっかり守ってくれるスペシャルなクリーム。そのお気に入りポイントを聞いてみました。

たっぷりの容量でコスパがいい♥

乾燥しやすい肌を助けてくれる、高機能なアイテムなのにおトク感あり！　容量もたっぷり入っていて、朝晩、毎日使っても約2カ月分というコスパのよさもお気に入り。

蝴蝶网
hudie.com

どうしてもうるおいにくい「大人の乾燥」にもっちり感がつづくクリーム

たっぷりのうるおいで満たし、芯から、やわらかな感触の肌へ

きちんとお手入れしているのに乾燥してしまう肌。そんな「大人の乾燥」のためにつくられたクリームの優秀ポイントは３つ。まず１つ目は保湿力向上成分「ユーカリエキス」を高濃度に配合、肌みずからがうるおう力をサポートしてくれること。２つ目は、肌の奥までしっかり届け、効かせる「高浸透処方」。そして３つ目は、ひどく乾燥した環境でもうるおいが長時間続く「ベール効果」。このようなこだわりの技術がギュッとつまった特別なクリームで、乾燥を忘れる肌に導きます。



ソフィーナ ボーテ
浸透高保湿クリーム
50g 4,935円（編集部調べ）

ママのキレイを引き出す エイジングスキンケア[※1] シリーズ

角層の最深部「肌の芯」に届けて効かせるお手入れで、ママの肌の可能性を引き出してくれるシリーズ。クリームと合わせて使いたい！



右　肌芯ケア成分[※2]を角層の最深部「肌の芯」まで届け、芯からうるおうつややかなハリを育みます。あとに使う乳液や美容液がなじみやすい肌環境に整えます。
ソフィーナ ボーテ化粧水（Ⅲ）
160ml 2,940円（編集部調べ）

左　化粧水と同じ、肌芯ケア成分[※2]を角層の最深部「肌の芯」まで届けて効かせる１本。乾燥や外部刺激から肌を守ってくれるバリアセラミドS[※3]配合。
ソフィーナ ボーテ美容乳液（Ⅲ）
120ml 3,675円（編集部調べ）

目もと・口もとのハリ対策には
リンクル美容液＋リンクル美容シート

秋から冬にかけては、とくにハリの低下を実感しやすい季節。目じり、目の下、鼻の横から口もとのハリが気になるママも多いのでは？　そんな悩みには、スペシャルな２品がおすすめ。

右　リフトサポート成分[※4]を角層の最深部「肌の芯」まで届けて効かせる美容液。とろりとしたジェルタイプで、顔全体にピンとしたハリが生まれます。
ソフィーナ ボーテ リンクル美容液 25ml 4,935円（編集部調べ）

左　高い密閉効果を発揮する15分間の集中ケアシート。はがした瞬間からハリを感じ、ファンデーションが目もと・口もとに密着する肌に。
ソフィーナ ボーテ リンクル美容シート12セット（24枚入）2,625円（編集部調べ）



今ならサンプルがもらえます！
ソフィーナ ボーテのHPにて、浸透高保湿クリーム＋化粧水（Ⅲ）もしくはリンクル美容液＋化粧水（Ⅲ）のセットサンプルを合計10万名様にプレゼント中！

浸透高保湿クリームのお手入れテクニック

普段のつけ方をちょっぴり変えるだけで、肌はもっとキレイになれます。毎日のお手入れに簡単なテクニックをとり入れてみて。



5点おき

適量を写真のように、みけん、ほお、鼻、口の下にのせます。目まわりや口まわりなど乾燥が気になる部分があれば、クリームを顔全体になじませたあと、最後に重ねづけしてもOK。



ラップテク

ひととおりつけ終わったら、ラップで顔をおおうように手のひら全体で顔をつつんで。プッシュするというよりはやさしくおさえるのがコツ。手の体温で肌をあたため、浸透を促して。



引き上げテク

無意識に上から下へと手を動かしていませんか？　リフティングのために指を下から上へと動かしましょう。耳の前を上へ引っぱり、肌をのばすとムラなくクリームをつけられます。



プラステク

とくに乾燥しやすい口もとにおすすめのテク。片手でほおを少し持ち上げ、指の腹をあてて口もとやほうれい線にも忘れずなじませて。クリームだけでなく化粧水をつけるときにも◎。

お問い合わせ先
花王ソフィーナ　☎03-3660-7220
http://www.sofina.co.jp/beaute

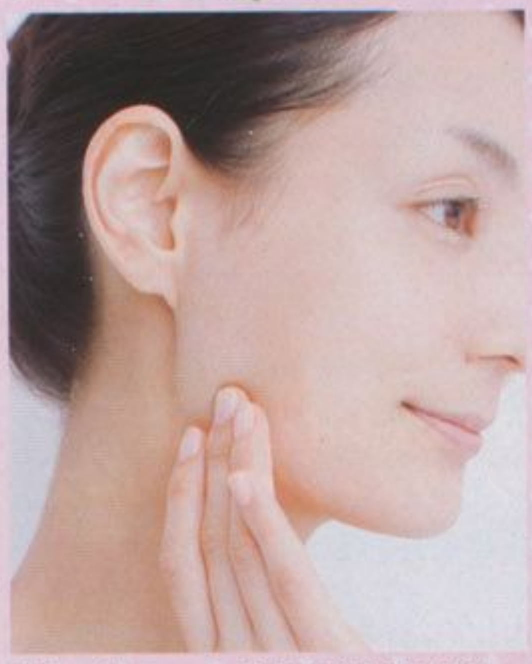
※1　年齢に応じた、化粧品効能によるお手入れ
※2　保湿：ショウキョウエキス、ユズエキス、ユーカリエキス、グリセリン
※3　保湿：ビスメトキシプロピルアミドイソドコサン、ヒドロキシエチルイソステアリロキシイソプロパノールアミン
※4　保湿：ショウキョウエキス、レモンエキス、マロニエエキス、アミジノプロリン

写真映えする ファンデづかい 3つの掟

1 手軽さ命のパウダリー派も、このときばかりはリキッドを使うべし！

時間がたつと、一部分だけくっきり穴があいたようにくずれてしまうパウダリーに比べ、リキッドは皮脂とまざって均一にとけ合います。仕上がりの美しさもさることながら、キレイな状態で長もちさせたいなら断然リキッドがオススメです。

2 顔よりも明るい色を選ぶのは絶対にNG!



明るい色のファンデこそ白浮きの元！老けて見える原因にもなるので、肌よりも少しだけ黒めをセレクトするのが正解です。実は、顔よりも首のほうが日に焼けて黒い人がほとんど。色をチェックするときにはほおの下あたりに塗り、首との違和感がない色を選びましょう。

3 TゾーンとCゾーン以外は、とにかく薄塗りを死守せよ！



輪郭近くをしっかり塗ると、一気に厚塗り感が増すのでごく薄〜く、が鉄則。顔の中心を塗ったあと、手に余ったファンデを塗る程度で十分。また、コンシーラーを使っていない人は、全体にのばしたあと、Cゾーンのみ重ね塗りを。メリハリがついて、顔の印象が全然違ってきますよ。



3 顔の輪郭部分はスポンジできれいにのばす

スポンジでファンデをなじませます。まずは髪の生えぎわや首との境など輪郭部分から。内から外に向かってすべらせるようにていねいに。

4 顔の中心はスポンジでたたくように



CゾーンとTゾーンはスポンジで軽くパッティングするようになじませます。こうするとファンデが浮くことなく、しっかりフィット。



5 シワになりやすい目のきわをやさしく

まぶたのきわはシワになるので、ファンデはあえてのせないで。最後に、スポンジに残ったファンデをなでるようにつけるだけでOK。



6 仕上げはルースパウダー。肌の上をすべらせて

スポンジにルースパウダー(B)をしっかり含ませたら、内から外にササッとつける。つけすぎたなと思ったら、ブラシなどで余分な粉をはらって。

ママのお悩み いつも顔が真っ白!! 塗り壁みたいになっちゃう

ファンデを厚塗りしているつもりはないのに、写真の中の私はいつも、一人だけ白浮きオバケ。パパや子どもたちとの顔色が違いすぎてコワイし、顔が膨張して見える気も…。



そんなママにマスターしてほしいのは…

Basemake 白浮きしないベースメイク術

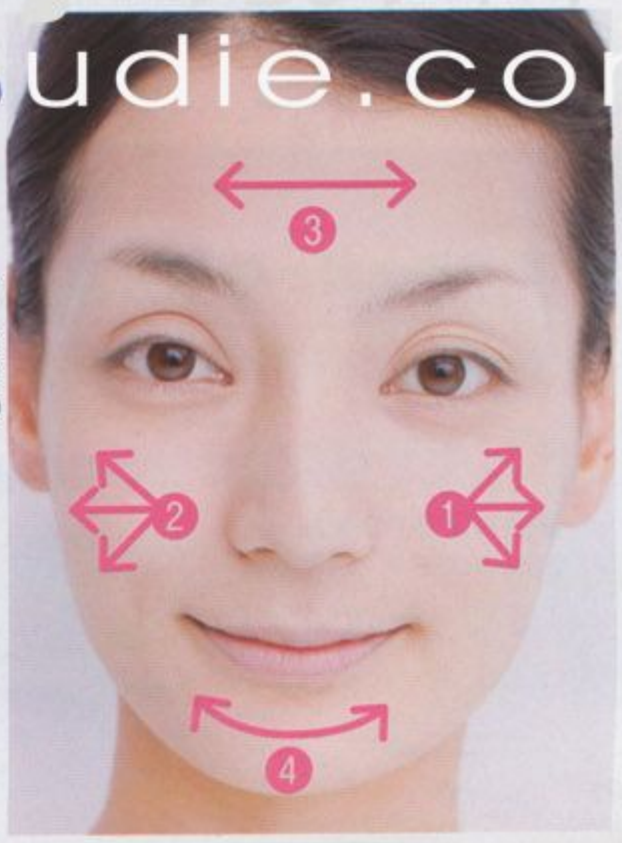
ファンデにはハイライト効果があるので、重ねるほど白浮きするもの。特に首との境と顔の輪郭近くはごく少量、が大原則。

蝴蝶网 hudie.com

1 ファンデを顔の中心から外に手早くのばす

ファンデ(A)を①に置きCゾーンを塗ったら外にのばす。乾くとムラになりやすいので手早く。②も同様。③④のファンデは少量でOK。







2 顔と首の境をスーッとなでてなじませる

顔全体にのばしたら、目元や小鼻など細かい部分をなじませることを忘れずに。また、くっきり分かれやすい首と顔の境もなでてなじませて。

ママにとっての一大イベント、七五三も目前。親子で写真撮影をする人も多いと思いますが、せっかくおしゃれをしたのにメイクのせいで写りがイマイチ…なんて経験、ありませんか？ 写真は一生の宝物。より美しい思い出にするための、写真映えするメイクレッスン、開講です！

撮影／鈴木希代江　スタイリング／稲葉美紀　ヘア＆メイク／加藤雄介(ラ・ドンナ)　モデル／井上紘子、得平真由、林羽衣子、山田里美(以上コモモデル)　●掲載協力店リストは179ページにあります。

アドバイザー
加藤雄介さん

女性のかわいさを引き出すメイクで、雑誌などで引っ張りだこの人気メイクアップアーティスト。1才の男の子のパパで、休日には親子で公園遊びをするのが目下の楽しみだそう。



美人メイク教えます！ Photogenic make Lesson



厚塗り感ゼロ！素肌美を感じさせるベースが完成!!

使用アイテム

Aトリートメント効果高し。ライト クリーム ファンデーション S ＃30 5,250円／ポール&ジョー ボーテ　B過剰な皮脂を吸収する超微粒子。SK-Ⅱ フェイシャル トリートメント アドバンスト プロテクト ルース パウダー UV 10,500円／マックス ファクター　Cデザイニングアイブロウ GY803 3,150円／オーブ クチュール　D右上の色をまぶた全体に、締め色で左下を使用。ラヴーシュカ ライトミックスアイズ GN-1 1,680円／カネボウ化粧品　E上まぶたのきわにラインを。リキッドラスト ライナー ポイント ブラック 3,255円／M・A・C（メイクアップ アート コスメティックス）　Fベースとマスカラがこれ1本で。エクストラ ディープWマスカラ ＃01 4,200円／RMK Division　Gフェイスカラー #15 2,940円／ポール&ジョー ボーテ　H華やかなピンクロゼ。マックス ファクター エンジェリック リップ N241 3,150円／マックス ファクター　Iルナソル フルグラマーグロスN #12 2,625円／カネボウ化粧品

スーツ20,895円／イマージュ ルージュ（イマージュ）　ネックレス11,550円、イヤリング6,825円／以上imac

もうすぐ七五三！
“キレイなママ”で
アルバムに
おさまりたい！

写真映えする

蝴蝶网
hudie.com

ママのお悩み

気合いを入れるとついついケバい顔に！



家族にとって大切な記念イベント。写真を撮るからには…と思うと、メイクにも力が入ってしまうんです。やっぱり目は大きく、ぱっちり見せたいし。でも、私ってちょっとケバい？

そんなママにマスターしてほしいのは…

上品キュートなインパクトメイク

ケバくなる最大の原因は目元。ラインとシャドウ(締め色)の幅が太すぎると下品に見えます。特にラインは悪目立ちしやすいので、綿棒でぼかすなどのひと手間を。アイカラーは締め色だけでなく、ハイライトカラーを上手に使うことでパッチリ目に。

Point!

●アイラインとシャドウは太さに注意！
●締め色とハイライトカラーを駆使すべし



ひきつけられるような目元に思わず胸キュン！

ジャケット30,450円／la.f...　ブラウス4,179円／イマージュ ルージュ（イマージュ）

Eye 濃く塗らなくてもこのテクでぱっちり目に？



1

アイシャドウの締め色を二重の幅の少し上まで塗る

Bの右下の色を使用。チップはきわからワイパー状に動かし徐々に上へ塗ると自然なグラデに。一重の人は目を開けたときに見えるあたりまで塗って。



2

ハイライトで明るさをプラス。目元をより強調。

Bの左下のハイライトカラーを、アイホール（上まぶたのくぼみ）から眉下にかけてブラシでのせる。目元に明るさが生まれパッチリ！

3

アイラインを綿棒でぼかすとグラデに深みが

Cのブラウンのペンシルで上まぶたのきわにラインをかいたら、ラインの上を軽くなぞるように綿棒を左右に小刻みに動かしながらぼかす。

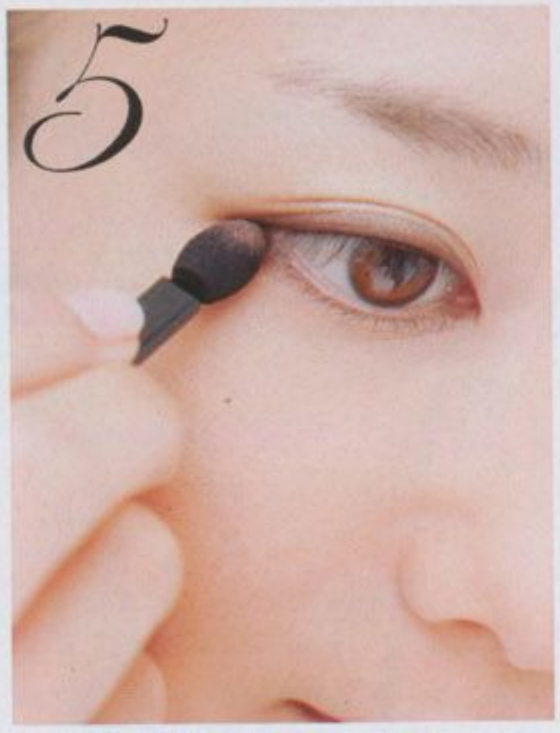




4

写真映えをよくするにはリキッドアイライナーは必須！

一直線にかくと、ラインが太く下品になるので注意。まつ毛のすき間を埋めるように、Dのライナーを左右に小刻みに動かしてかいて。



5

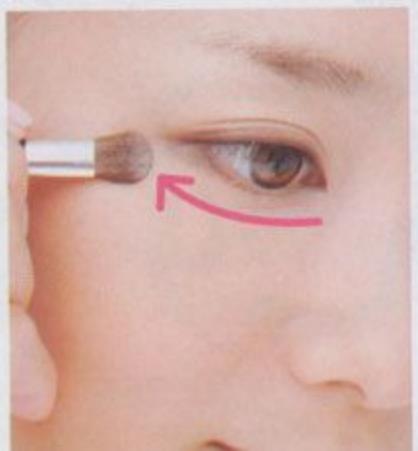
目尻に締め色をのせて立体感と華やかさを！

アイシャドウは新たにつけ足すとケバくなるので、1で使ったチップに残ったもので十分。目尻のくぼんだ部分にポンとのせる。

6

最後にハイライトカラーをプラスしてメリハリ顔に

仕上げは下まぶたにBの左下のハイライトカラーを塗って終了。ブラシを目頭からこめかみ近くまで動かし、スーッとのせる。



使用アイテム



A即乾性抜群。オートステップ アイブロウペンシル 57F 3,150円／メナード　Bコフレドール カラーミキシングアイズ #01 3,675円／カネボウ化粧品　Cインジーニアス ペンシルアイライナー #01 2,625円／RMK Division　Dオートステップ クイックアイライナー #02 3,150円／メナード　Eズーム ファスト ブラック ラッシュ 2,100円／M·A·C（メイクアップ アート コスメティックス）　Fルナソル カラーリングチークス #03 2,625円／カネボウ化粧品　G縦ジワが目立たない。マキアージュ モイスチャールージュ PK244 3,150円(編集部調べ)／資生堂　H上品なベージュのグロス。レーヴル サンティヤント #136 3,465円／シャネル

蝴蝶网 hudie.com



清潔感のある華やかさで好感度がぐーんとUP！

蝴蝶网 hudie.com

ママのお悩み

あまりにあっさり！で超地味顔に！

自分ではそれなりにメイクをしたつもりなのに、写真を見ると華やかな洋服に顔が負けてしまって、まるで病み上がり。厚化粧になるのはイヤだけど、もっと華やかな顔にした〜い！



そんなママにマスターしてほしいのは…

ナチュラルかわいい華やかメイク

Point!

- 華やか顔になるにはチークは不可欠！
- 簡単＆失敗なしのつけまつげはオススメ

あれこれ塗らなくても華やか顔は可能。ふだんメイクをしない人にとってアイシャドウは勇気がいるものですが、つけまつげなら自然なインパクトアイがつくれます。また、ファンデを塗っただけでは元気のないのっぺり顔に。チークは必須ですよ。

Eye アイシャドウなしでもつけまつげで変身！



1 つけまつげの根元にハケの腹の部分でのりをつける

初心者には目尻側だけのタイプかハーフがオススメ。Bのシャドウで上まぶたにラインを入れたあと、Cのつけまつげの根元にのりをつける。



2 目尻寄りのまぶたのきわにつけまつげをオン！

地まつげとぴったり重なるように、目尻側にまつげをつける。まぶたのきわとつけまつげの根元が離れてしまうと不自然なので、慎重に！



3 リキッドアイライナーで根元にラインを引く

根元の部分はどうしてもすき間ができてしまうので、リキッドアイライナー（D）で埋める。つけまつげ部分だけでなく全体にかくと自然。



4 マスカラをつけてなじませたら完成

全体にたっぷりマスカラ（E）をつけることで、つけまつげと地まつげがなじんでナチュラルなカーブに。ボリューム感もUPして華やかに。

Cheek 自然な血色感とメリハリを与えてくれるのがチーク



1 ほおの高いところにふんわりとチークを

チークは誰にでも似合うコーラル系をチョイス。笑ったときに高くなる部分にブラシを置き、丸みに沿ってふんわりとチーク（F）を入れて。



2 ほおの上のハイライトで明るさと立体感をプラス

ほお骨の上（下まぶたのすぐ下）に、ブラシでハイライト（G）を入れる。これだけでメリハリ顔になり、目元とチークがぐっと引き立つ。

使用アイテム



ジャケット7,329円、ワンピース5,229円／以上イマージュ ルージュ（イマージュ） ネックレス7,875円、イヤリング6,615円／以上Planet(imac)

Aマックス ファクター アイブロウ ペンシル BR-2 1,575円／マックス ファクター Bアイ カラー #17 2,625円／ポール＆ジョー ボーテ C天然毛で自然なまつ毛を演出。アイ ラッシュ #20 1,470円／M·A·C（メイクアップ アート コスメティックス） Dデザイニング リキッドアイライナー BK 711 3,150円／オーブ クチュール Eルナソル ハイスタイライズマスカラN #01 3,150円／カネボウ化粧品 Fミスティーク チークス #01 3,990円／RMK Division Gケイト チークカラーN 1,365円／カネボウ化粧品 Hコフレドール ジューシーメモリールージュ PK244 3,150円／カネボウ化粧品 Iデザイニング グロス #903 2,310円／オーブ クチュール

いつもと違うおすまし顔で しっとり大人っぽく！



訪問着89,250円、帯81,900円、帯揚げ11,550円、草履18,900円／以上撫松庵（新装大橋）　帯締め9,240円、半衿5,040円／以上ひなぎく（新装大橋）バッグ33,600円／工房ちょいあそび（新装大橋）

使用アイテム



蝴蝶网
hudie.com

Aコンシーラー2色とパウダーがセット。スーパーベーシック コンシーラーパクト #01 5,775円／RMK Division　**B**カバー効果の高いスポンジと、つや肌に仕上がるブラシを使い分けて。ヴィタミエール エクラ コンパクト #B30 7,875円／シャネル　**C**アイブロウ ペンシル デュオ #02 2,625円／ポール＆ジョー ボーテ　**D**ル クレイヨン ユー #02 2,940円／シャネル　**E**インテグレート ラインパワーアイズ GR720 1,575円（編集部調べ）／資生堂　**F**デザイニングダブルマスカラ BK601 3,150円／オーブ クチュール　**G**ミネラライズ ブラッシュ ジェントル 3,360円／M・A・C（メイクアップ アート コスメティックス）　**H**インテグレート アクアクリーミールージュ RD766 1,575円（編集部調べ）／資生堂



ママのお悩み

着物のときのメイクの仕方がわからない！

洋服のときとはメイク法を変えるべきでしょ？着物には白い肌が似合うし、アイラインは切れ長に入れて、口元は赤い紅で小さめに…なんて思っていたら、こんな昔風の顔に！

そんなママにマスターしてほしいのは…

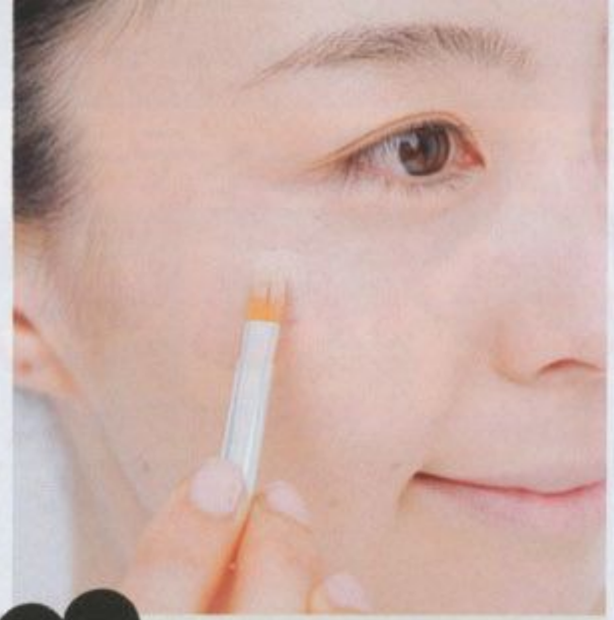
洗練された今風着物メイク

最近は洋装でも和装でもメイクを変える必要はありません。ただ、シミが目立つと洋服のとき以上に貧相に見えるので、肌づくりはていねいに。また、目元も口元もわざとらしくない程度にライン感を出し、大人顔にしたほうが着物に映えます。

Point!

- "いかにも和装" な古臭い平面メイクは禁物！
- 目元と口元には自然なライン感でインパクトを。
- 肌づくりはよりていねいに。

Skin 目立つシミはしっかりコンシーラーでカバー





1 シミが隠れるようにコンシーラーをのせる

リキッドファンデを顔全体に塗ったあと、シミよりも少し明るい色で、固めのコンシーラー（**A**）をシミにオン。多少厚くなっても、シミがきっちりと隠れるくらいの量を塗って。



2 コンシーラーを指の腹でなじませる

ポンポンとパッティングするように、コンシーラーをなじませる。コンシーラーがとれないよう軽〜く。

3 パウダリーファンデで上から押さえる

二つに折ったスポンジに濃いめの色のパウダリーファンデ(**B**)をとり、ポンポンとのせてなじませる。これでコンシーラーがしっかり定着。

Cheek 骨格に合わせた長めのチークで大人っぽく



1 大きめブラシで払うようにチークを入れる

ブラシに**G**のチークをとり、耳の横あたり(写真でブラシを置いているところ)から矢印の方向に向けて、さっと払うようにチークを塗る。



2 今度は逆に内から外に向けブラシを動かす

チークは新たにつけ足さず、そのままでOK。ほお骨にそって、今度は内から外にチークを塗る。

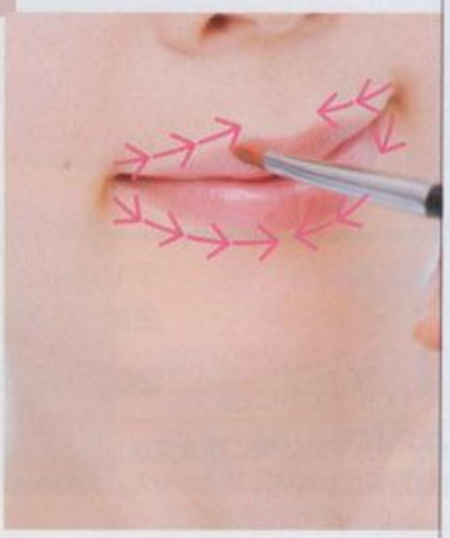
Lip 薄いラインを重ねて美しい口元に





1 リップブラシで唇の中央に口紅をのせる

きれいに仕上げるには、リップブラシは必需品。ブラシにたっぷり口紅(**H**)をとり、輪郭ではなく、上下の唇の真ん中部分にだけ塗る。



2 薄いラインを重ねるように輪郭をかく

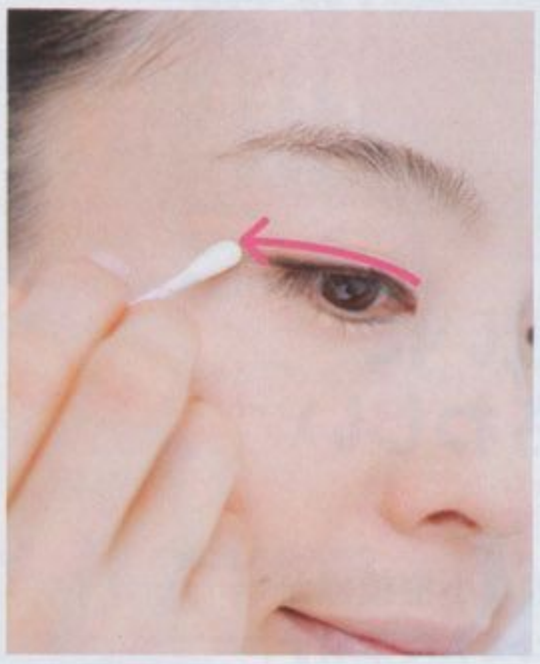
輪郭を一筆書きするのはNG。輪郭に沿ってブラシを小刻みに動かし、薄いラインを重ねるように塗っていくと失敗せず美しい輪郭に。

Eye アイラインで着物に映える目力をプラス



1 ペンシルで目頭から目尻までラインを引く

Dでまつげのすき間を埋めるように上まぶたのきわにラインを。切れ長に線を引くとわざとらしいので、目尻も目の形に合わせて引く。



2 引いたラインを綿棒でぼかし、自然な切れ長に

自然なラインにするために、綿棒でラインをぼかす。ラインをなぞるように綿棒を動かし、目尻はシュッと引けば自然な切れ長になる。



3 アイラインの上に同色のアイシャドウをのせる

ラインに深みをもたせ、より自然なグラデをつくるために、ラインと同色(**E**の黒)のアイシャドウをチップにとり、ラインにのせる。



4 下まぶたは綿棒でラインを入れ、よりナチュラルに

くっきりかきすぎて失敗しがちな下まぶたは、綿棒の先をアイライナーペンシルで塗り、それでラインを引いて。美しく深みのあるラインに。



5 目尻から目頭に向かって下まぶた全体にラインを

まつげのすき間を埋めるように小刻みに綿棒を動かす。このとき目尻からスタートすると目頭はラインが薄くなり、よりナチュラルに。

hudie.com

お問い合わせ先／マックスファクター 0120-021325

hudie.com

お名前入り 七五三お祝い扇子を100名にプレゼント!

3号連続企画

撮影／大嶽恵一（人物）、
柴田和宣（静物、主婦の友社写真室）
モデル／辻 晴矢、八木下萌菜

七五三おめでとうございます。
この大切な記念日が、よりすばらしい一日となるよう、
お子さんのお名前と日付の入った「七五三お祝い扇子」を
Comoから100名にプレゼント！　みなさまのご応募、お待ちしております。



男の子はブルー、女の子はピンク。
いずれも、やわらかい色みの小桜模様で
どんな着物にも似合うデザインです。





カラフルなチャームつき

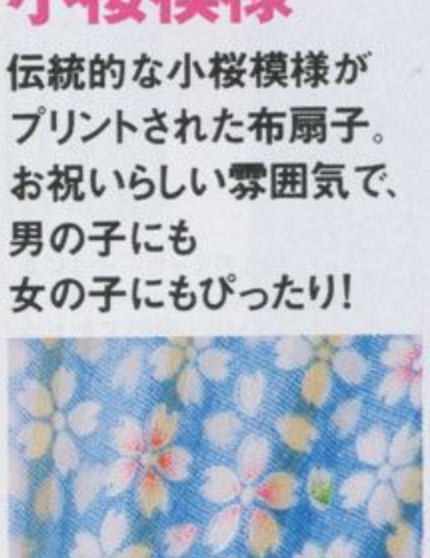
根元についたカラフルな
ビーズのチャームも
かわいさのポイント！



※チャームの色は写真と異なることもあります。あらかじめご了承ください。

お祝いにふさわしい小桜模様

伝統的な小桜模様が
プリントされた布扇子。
お祝いらしい雰囲気で、
男の子にも
女の子にもぴったり！



名前と日付入りで記念の品に

男の子はブルー、
女の子はピンクの親骨に、
＊七五三の日付（2009.11.15）、
＊お子さんのお名前（ローマ字）、
＊Comoのロゴが刻印。



応募方法　Como9月号・10月号・11月号についている応募券いずれか2枚をはがきにはって、以下の項目を記入してご応募ください。※応募券のコピーは無効となります。●お子さんの年齢、性別　●刻印したいお子さんのお名前（ローマ字）※お書きいただいたローマ字のつづりのまま刻印しますので、くれぐれも間違いのないよう、お願いいたします。　●お届け先の郵便番号・住所・電話番号・FAX番号・携帯番号・ママのお名前

★応募のあて先　〒101-8911　東京都千代田区神田駿河台2-9
主婦の友社コモ編集部「七五三お祝い扇子」係

★応募の締め切り　2009年10月15日(木)　※当日消印有効

ご応募には
2枚の応募券が
必要です。

●応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。※なお、10月下旬以降に順次発送し、できるだけ11月15日(日)の七五三の日までにお届けできるようにいたしますが、万が一の場合は何卒ご了承ください。●この企画にご応募いただいた方の個人情報は、当該目的以外には使用いたしません。外部への預託・提供の可能性はありません。主婦の友社のプライバシーポリシーに関する詳細は、弊社ホームページhttp://www.shufunotomo.co.jp/をご覧ください。

Como
七五三お祝い扇子
応募券
2009年11月号

ママのための

ビューティー探偵・紘子が大調査

「らくらくキレイ☆スキンケア」

蝴蝶网 hudie.com

秋の深まりと同時に、外気もひんやりしてきて過ごしやすい季節。もう夏のような強い日差しもないし、紫外線の心配もない……なんて安心していませんか？
今回のビューティー探偵は、そんな秋のうっかり日焼けを大調査します！

撮影／鈴木希代江　スタイリング／松木羊子　ヘア&メイク／川村友子
モデル／井上紘子(コモモデル)　取材・文／遠藤まゆみ ●掲載協力店リストは179ページにあります。

illume presents
連載02
がんばらなくてもOK
UVケア編



ビューティー探偵
井上紘子さん

30才。6才の女の子のママ。多忙な毎日の中、透明感のあるぷるぷる肌をキープしている"お手入れ優等生"。その資質を見込まれ、先月からビューティー探偵としてママの肌悩みを調査中。

トレンチコート49,350円／ファビアン ルー新宿店

Q

日焼け止めはいつになったら、しなくてイイの？ 秋になったらUVケアをしなくていいよね？

夏が終わったら日焼け止めは塗らなくてOK、と思っているママが意外と多い！　また、洗濯物干しなどのちょっとした屋外の家事も「夏は紫外線を気にしていたけど、秋になったらすっぴんですませちゃう」なんて声も目立ちました。

A

夏を過ぎても、秋もまだまだUVケアは必須です。 うっかり日焼けを重ねると、やがてシワの原因にも！

「紫外線は夏だけでなく秋も冬も、年間通して降り注いでいます。秋になったから大丈夫、と油断するのは危険！　しかも秋は行楽シーズンで、お出かけの機会も多い季節。UVケアを怠った状態で外出して、知らぬ間に紫外線を浴び続けるとシミだけでなく、実は乾燥やくすみ、さらにはシワなど肌老化につながるおそれも！　若々しい肌をキープするためにも、UVケアは必ず行いましょう」（菅原さん）

教えてくれたのは



イリューム PR
菅原由理さん

美容部員として7年間務めたのちPR担当に。ママの肌悩みに適切、かつわかりやすいアドバイスをしてくれるスキンケアのスペシャリスト。



いつまでもキレイな肌のママでいるためには、UVケアを1年中しましょう！



とはいえ、わざわざUVを塗るのは面倒。どうしたら忙しいママでも無理せず使える？

発見！

乳液＋UVケア＋ファンデーション下地が1つになったアイテムを選べばカンタン！

朝、忙しくてゆっくり時間のとれないママでも、化粧水のあとに1本でOKのUVケアなら手軽にできて◎。たった1ステップで3つの役目を果たしてくれるので、毎日のお手入れが続けやすく、うっかり日焼けも防げます。



イリューム モイスト キャプチャー UV

30g 3,675円／マックス ファクター（SPF18・PA++）

紫外線から肌を守りながらうるおいの層を作り、日中の肌をぷるぷるにキープするUV美容乳液。しっとりしたつけ心地が秋のケアに心地いい！　うるおい最優先の人に最適。

高保湿

「毎日の UV ケアは手間がかかると思いがちだけど、その大切さをあらためて実感したし、簡単にできるアイテムがあれば心強いですね。うっかり日焼けしているママ友も多いので、調査結果を教えてあげなきゃ！」（井上さん）



カーディガン18,900円／ファビアン ルー新宿店

肌に合わせてUVケアを選ぼう！

イリューム クール フォース UV

30g 3,675円／マックス ファクター（SPF22・PA++）



皮脂対策

固形なのにふれると乳液になり、パフで肌にのばすとパウダー状になるユニークなUV美容乳液。ひんやりした感触で肌をサラサラに保ちます。皮脂&毛穴が気になる人におすすめ。

イリューム ホワイト キャプチャー UV

30g 3,675円／マックス ファクター（SPF26・PA++）



美白対策

ウォータータッチ処方のみずみずしい使用感がうれしいUV美容乳液。しっかり紫外線をカットしながらシミ対策もできる高機能アイテムです。美白ケアもしたい、という人に。

注意！



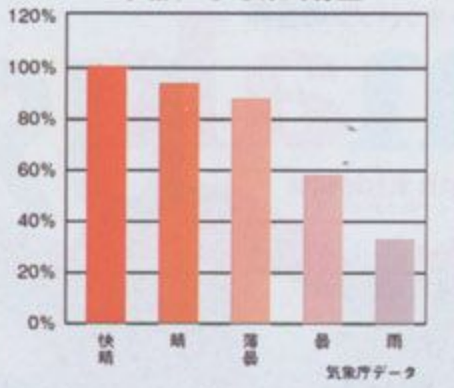
✔ こんなとき「うっかり日焼け」をしています！

ゴミ出しや洗濯物干しなど「短時間だしUVケアしなくても大丈夫」と思っていませんか？　ほかにも幼稚園の送迎、ママ友との立ち話……うっかり日焼けの原因は意外と多いもの。



ロングカーディガン 24,150円／ファビアン ルー新宿店　キャミソール 4,095円／ドゥファミリィ

✔ 曇りの日でもUVケアが必要！



曇りや雨の日は紫外線を気にしない、というのは大きな誤解。曇りでも快晴の日の約6割の紫外線が降り注いでいます。雨の日もゼロではないので天候にかかわらずUVケアはマスト。

✔ メークのノリが悪いのも、紫外線のダメージを受けたことが原因かも!?

「ファンデがいまいちキレイにキマらない」と悩んでいるママは、UVケアをきちんとしているか思い返してみて。紫外線が肌の水分を奪って引き起こす乾燥やくすみが原因かも。



お問い合わせ先／マックス ファクター お客様相談室0120-021325 HPアドレス　http://www.illume.com



●定価：900円（税込み） 978-4-07-267950-0

Part 1.
［東京・神戸・福岡］雑貨ショップスタッフがお手本。
［BROCANTE］松田尚美さん、［ALKU'MI］原美穂さんほか
大人で可愛い秋の重ね着スタイル

Part 2.
秋→冬Switch着こなしアイディア
酒井景都さん／［IDÉE］小林夕里子さんほか

Part 3.
きれいに見える重ね着レッスン

もっと知りたい リネンのこと

［cholon］菊地智子さんと行く代官山ショップめぐり

憧れNaturalブランドの秋の服

無印良品の服で私流ナチュラルスタイル

Mail Order Book
2010年1月31日まで
メールオーダーできます

心地よい着こなしが見つかる
大人で可愛いナチュラル服
［2009年秋号］

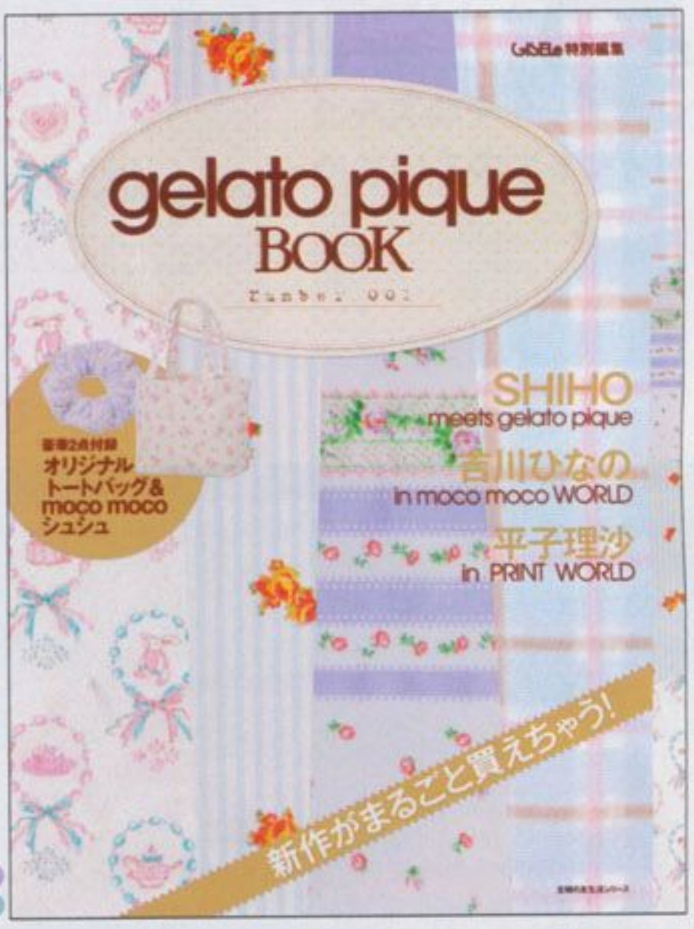
ジェラート・ピケブック
gelato pique BooK
Number 001

掲載している商品はすべてメールオーダーできます



豪華2点付録
オリジナルトートバッグ＆moco mocoシュシュ

女ゴコロをくすぐるキュートなルームウエアが大人気のブランド「ジェラート・ピケ」の本ができました。 新作ウエアから生活雑貨、コラボアイテムまで通販できるファン待望の1冊です。
●価格：1200円（税込み） 978-4-07-268375-0





付録
キャス・キッドソンのタグつき手づくり用トートバッグ!

「キャス・キッドソン」のオリジナル・モチーフを使って、自分だけのアイテムが簡単に作れます。
スカートやカーディガンに刺しゅうをしたり、クッションやタオルにアップリケをつけたり。暮らしの中にキャスのテイストをプラスする楽しいアイディアがいっぱい！

make!
キャス・キッドソンの世界 Cath Kidston

大好評！重版出来

●価格：2415円（税込み） 978-4-07-2...

主婦の友社
http://www.shufunotomo.co.jp
■主婦の友社コールセンター
書店様ご注文・お問い合わせ ☎049-259-1122／書店ご不便の際の読者様窓口 ☎049-259-1236
★書名コード（ISBN）を付記しました。ご注文等にご利用ください。

蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com



2010 年、NIKE が創ったランドセル 誕生。

NIKE RANDOSERU

croster.jp/nike-randoseru

© 2009 NIKE inc. All Rights Reserved

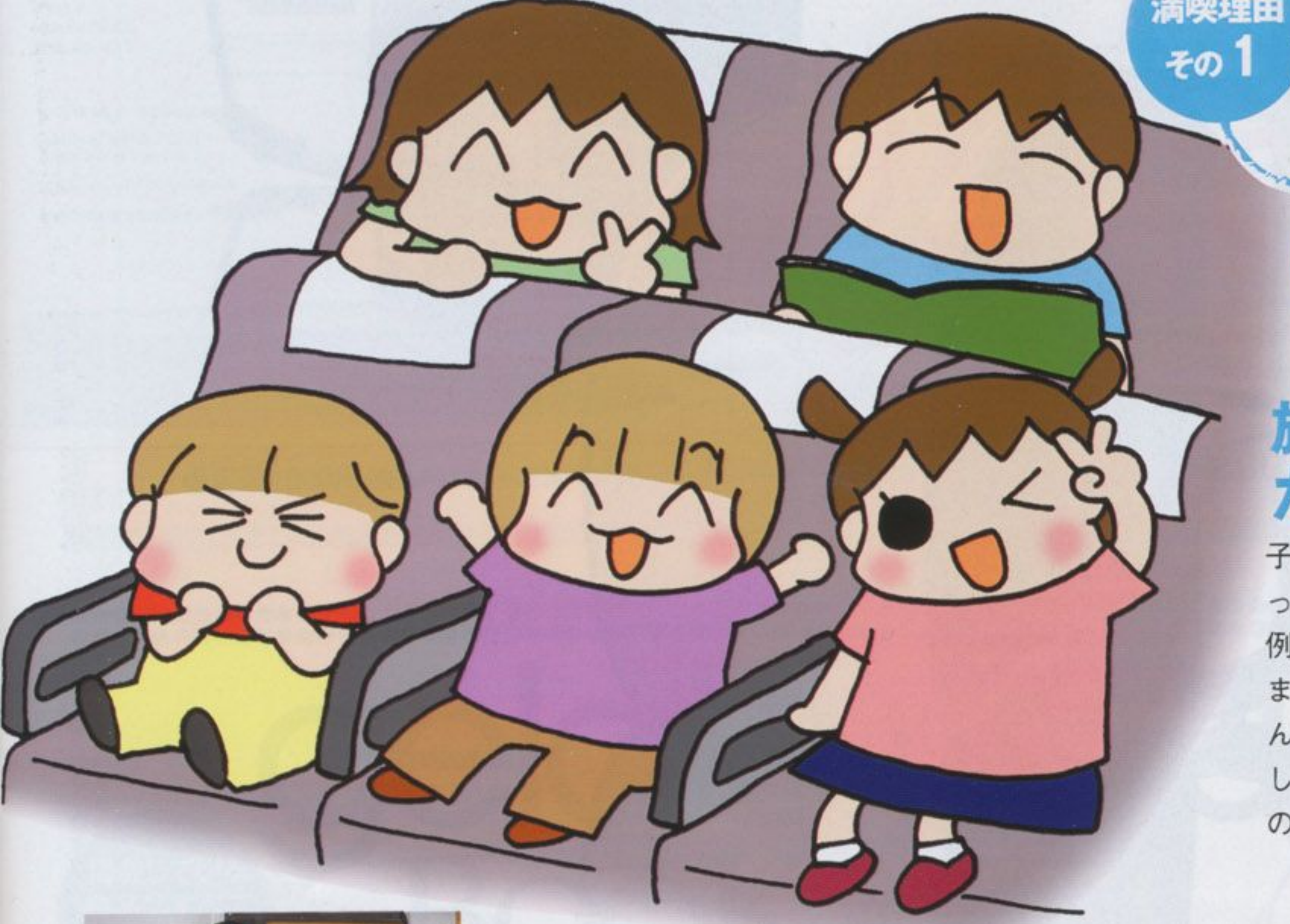


蝴蝶网 hudie.com

うちの3姉妹ファミリーが
今年もジャルパックでハワイに行ってきました!!

ハワイに行くのは今年で2回目の3姉妹ファミリー。「楽しい旅にしたいから」と選んだのは、もちろんジャルパック！
今年も業界初の「ファミリージェット」やキッズ向けのプログラムなど、家族にやさしいサービス＆プランが盛りだくさんで、しっかり満喫してきたようです！

イラスト／松本ぷりっつ　まとめ／松原陽子　©2009松本ぷりっつ／主婦の友社・東急エージェンシー
※写真はイメージで、実際とは異なる場合があります。



満喫理由 その1

ファミリージェットで快適なフライトだったから！

旅行業界初! 家族専用の飛行機だから、気兼ねなくのびのび～

子連れの旅行はどうしてもまわりに気をつかうけれど、今回乗った「ファミリージェット」は、乗客全員が家族連れ！　なので例えば子どもがぐずってもお互いさま、みたいな心強さがありました。みんな子連れだから雰囲気も楽しくて。客室乗務員さんもみんな親切だし、機内食もいいタイミングで運ばれてきたしと、すべてが家族にやさしかったです。「ファミリージェット」のおかげで私もダンナも機内ですっかりくつろいじゃいました。

家族にやさしい♥
ファミリージェットならではの
機内アレンジ＆サービスが充実！



小石原健治さんファミリー

私たちも乗りました!

家族ではじめてのハワイ。ファミリージェットでよかったです!

家族でハワイに行くのは今回が初めてという小石原さんファミリーに、ファミリージェットに乗った感想を聞いてみました。「長時間のフライトに子どもが耐えられるか心配だったけど、まったく問題ありませんでした。席も並びや前後など、家族で近くにしてもらえたので顔もすぐ見られて安心。食事もおいしくて、客室乗務員のかたもいろいろ気を配ってくださったので、もしまた機会があれば利用したいです」



やさしい客室乗務員さんからプレゼントをもらえて、子どももうれしそうでした！



授乳専用ゾーンでまわりを気にせず授乳ができる！

今回のファミリージェットは、赤ちゃん連れも多かった！　だから座席をカーテンで仕切った授乳専用ゾーンは、ママたちにとってうれしかったはず。トイレなどで、不安定な体勢のまま授乳しなくてすみますもんね。



子ども向けのチャンネルで大喜び♪

機内のTVプログラムもキッズ向けのものがあってうれしかったな～。帰りの飛行機ではみんなが同じ映画を観ていたから、笑うタイミングも同じ。なんだかみんな、まるで家族みたいな一体感が出て、思わずなごみました（笑）。



子どものお世話に長けた客室乗務員さんで心強かった!

客室乗務員さんはみんなニコニコしていて、子どもたちにやさしかったのが印象的。赤ちゃんがいる家族のためにオムツやミルクをさっと用意したり、小さい子には絵本を貸してくれたりと、きめ細やかなサービスで安心して過ごせました。

蝴蝶网 hudie.com

滞在中はお楽しみプランがめじろ押し♪







撮影／宮澤 拓



満喫理由 その2

現地でおもしろい企画が満載だったから！

到着日から、ハワイをすみずみまで楽しみつくせるなんてオドロキ！

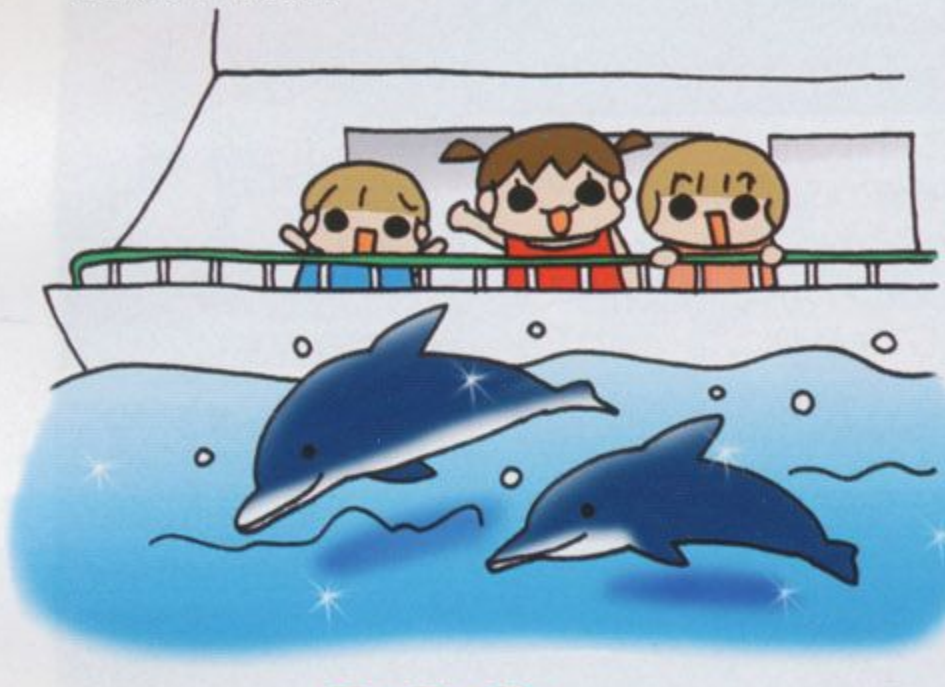
いよいよハワイに到着！　とはいえ、チェックインまで荷物を持ちながらウロウロする気にはなれなくて。今回のツアーは到着した朝にバスで公園へ移動して、ランチを食べたり散歩したりとゆっくりできたのが◎。翌日からは子どもの体験プログラムや、ドルフィンウォッチング、海を眺めながらのディナーなど、家族で思い出がたくさん作れるプランがたっぷり。こういうツアーって、きっと初めてハワイに行く家族にもうれしいんじゃないかな。

到着した日はのんびりピクニックランチツアー

今回の旅ではホノルルに到着後、バスで公園に。朝からラク～に観光できて得した気分。景色のいい公園で食べたおべんとうがまた格別で！　子どもたちはさっさと食べ終えて公園を元気に走り回ってました。

野生のイルカが間近に！「ワイルド・ドルフィン・ウォッチング」

船に乗ってのドルフィンウォッチング。遠くから群れを見るだけだと思ったので、まさかあんなに間近に、たくさん見られるとは！　船が起こす波にのってぴょんぴょんはねるイルカに一家そろって大興奮でした。赤ちゃんイルカもたくさんいました。



海を見ながらのんびりディナー♪「渚のフォト＆ディナー」

ダイヤモンドヘッドをバックに海辺で家族写真を撮ったあとは、念願のバーベキュー！　目の前でジューッとお肉が焼ける様子は迫力で、子どもたちも「おいしい♪」ってパクパク。海を見ながら食べられるのも、ロマンチック。







子どもも異文化体験！「楽園キッズプログラム」

滞在中は、JALが行っていた「楽園キッズプログラム」に参加。わが家が選んだのは、娘たちが「コレがイイ！」と楽しみにしていたシュシュ作り。こんな体験できるなんて貴重！　やさしく教えてくれるから5才のチーもちゃんと作れたし、屋外だったのも気持ちよかったです。

※JAL「楽園キッズプログラム」は2009年8月31日で終了しています。

まとめ ジャルパックなら家族みんなが楽しい、うれしい！

自分たちでプランを立てるのが難しい海外旅行。だから、かゆいところに手が届くサービス＆プランでハワイ滞在をサポートしてくれたジャルパックのツアーは、出発から帰国まで本当に大満足。ああ、家族のこと考えてくれてるなーってしみじみ思いました。思い出もたくさん作れたし、心に残る旅行になりました！

またぜーったい行きたいな！



満喫理由 その3

レインボーエクスプレストロリーがあったから！



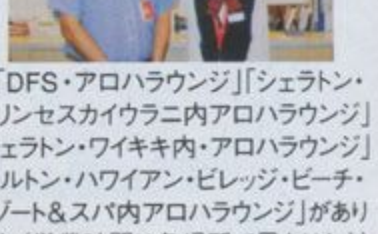


追加代金なしで乗り放題♪自由行動も思いのまま

ジャルパック専用の「レインボーエクスプレストロリー」は、なんと無料で乗り放題！移動中、ハワイの街を眺める子どもたちの目もキラキラ。専用だから、ゆったり座れて子ども連れには安心、安全。ショッピングに観光にと大活躍でした。

困ったときはジャルパック専用の「アロハラウンジ」が頼りになりました

ジャルパックでは、空港の送迎に始まりレストランの予約やお店の情報提供、オプション・アクティビティの相談、携帯電話の貸し出しサービスなど、現地での行動をしっかりサポート。子ども連れの旅行は予想もつかない事態が起こるので、いざというときは力になってくれます！　もちろん日本語もOK。



※「DFS・アロハラウンジ」「シェラトン・プリンセスカイウラニ内アロハラウンジ」「シェラトン・ワイキキ内・アロハラウンジ」「ヒルトン・ハワイアン・ビレッジ・ビーチ・リゾート＆スパ内アロハラウンジ」があります。（営業時間は各場所で異なります）

JALPAK
旅する、しあわせ。JAL

NEWS!! お子様連れでも安心♪ジャルパック 年齢別海外ツアーはこちらから ▶ http://www.jalpak.co.jp/familytravel/
ジャルパック リン・リン・ダイヤル ☎050-7300-4101（9：00～18：00）

蝴蝶网
hudie.com


の通貨はUSドルで、2009年9月現在1$は約93円です。

家族で海外デビューは断然☆

"おいしい"と"可愛い"の楽園に

Hawaiiの最新ショップガイド'09

ビーチで子どもたちとたくさん遊んだあとのお楽しみは、ママの心を満たすショッピングとおいしい食事♪
今回は、ママのタイプ別にハワイで人気のショップご紹介しちゃいます！

マークの見方

Cute キュート♥ママ　トレンドに敏感で、せっかくだから地元で人気のお楽しみは全部体験したいというあなた好みのセレクトに。カラフルでポップなものが大好きなママ向け。

Natural ナチュラル♥ママ　オーガニックや天然素材にこだわって、食やおしゃれを楽しみたいあなたにぴったり。リゾートならではのロハスに出合いたいママ向け。

日本語レベル

100…スタッフほぼ全員が日本語を話せる
70…日本語が話せるスタッフが1人は常駐している
50…時間帯や曜日によっては日本語を話せるスタッフがいる
30…あいさつ程度の日本語を話せるスタッフがいる
10…日本語を話せるスタッフが基本的にはいない

※mapはP.83地図中アルファベットを参照。

Cute　map D　日本語レベル 10

日本進出後も"元祖マラサダ"を求めて大行列!!

レナーズ

ロコたちが足しげく通い詰める、同店のマラサダは1日1,000個以上も売れるというから驚き。揚げたてのフワフワした食感と粉砂糖のサクサク感がクセになるおいしさです。揚げたてがいちばんなので、まずはお店の前の駐車場で食べてみて。



粉砂糖のフレーバーはプレーン、シナモン、梅パウダーの3種類からチョイス。クリームなしが1個70セント～で、クリーム入りだと1個90セント～。

住所／933 Kapahulu Ave.,Honolulu,Hawaii 96816　☎808-737-5591　営業時間／5:30～21時(月～木曜)、～22時(金・土曜)　URL／http://www.leonardshawaii.com/

FOOD

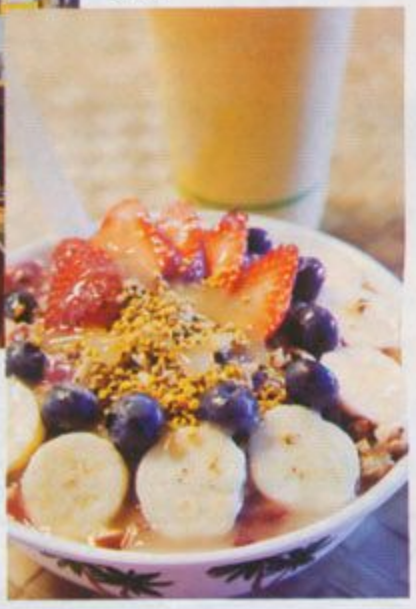
Natural　map A　日本語レベル 50

ロコサーファーに人気のヘルシーダイナー

ダイヤモンドヘッド・コーヴ・ヘルスバー



アサイのスムージーにバナナ、ストロベリー、グラノラ、ハチミツなどをたっぷりトッピングした"アサイボウル"($9.69)。ボリューム満点なので、親子でどうぞ。



カウンターに並ぶフレッシュなフルーツやベジを使った、健康食＆ドリンクが自慢の同店。中でも、ハワイで大注目のヘルシー食材"アサイ"を用いた「アサイボウル」は、某女優や人気モデルがハワイ滞在中に毎日食べるという美容食としても話題に。

住所／3045 Monsarrat Ave.,Sutie5 Honolulu,Hawaii 96815　☎808-732-8744　営業時間／10:00～20:00(月・金・土曜)、10:00～24:00(火・水・木・日曜)、無休　URL／www.diamondheadcove.com/

Cute　map E　日本語レベル 10

まるで宝石箱のようなショーケースに並ぶカップケーキたち

ケーキ・クチュール

ハワイで唯一のカップケーキ専門店としてオープン以来、ロコの女の子たちに大人気。見た目のキュートさはもちろん、お味もとびっきりスイート。頼めば、ラッピングもしてくれます。





曜日によって違うフレーバーを楽しめるのも魅力。しっとり焼き上げた生地に、甘～いクリームがON♪　$2.50～。

住所／820 West Hind Drive #112,Honolulu,Hawaii 96821(アイナ・ハイナ・ショッピングセンター内)　☎808-373-9750　営業時間／10:30～18:30(月～金曜)、～15:00(土曜)、日曜定休 ※11月は第4木曜も休み　URL／www.cakecouture.com/

テイクアウトOKのおすすめランチ

Natural　map B　日本語レベル 10

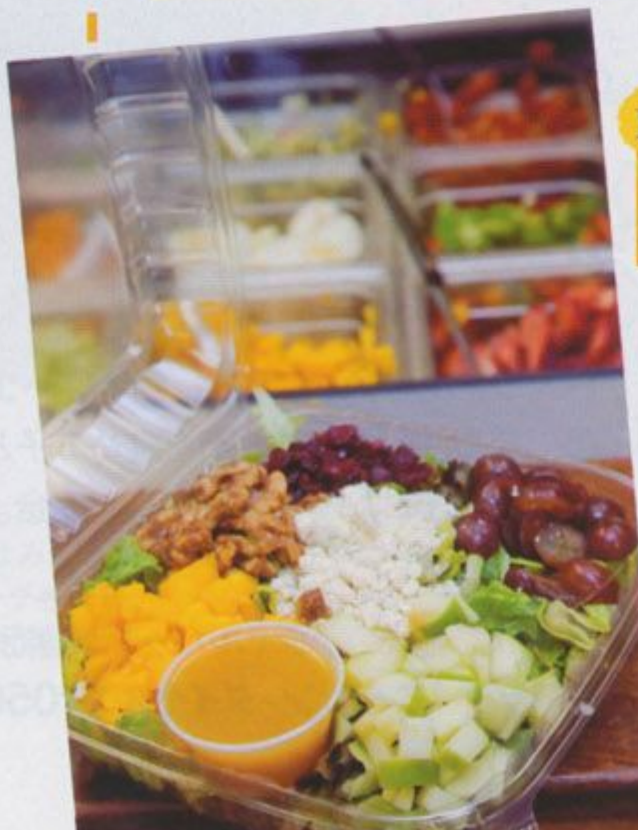
朝どれ鮮魚のプレートランチ

ニコス・ピア38



漁港のすぐそばにあって、とれたてのフレッシュな魚料理が自慢。一番人気はフリカケ・アヒ(マグロ)で$9.20。焼き加減やご飯の種類、サイドメニューはお好みで選べるのもうれしい。

住所／1133 N.Nimitz HWY Honolulu,Hawaii 96817（ホノルル港第38埠頭）
☎808-540-1377　営業時間／6:30～17:00（月～金曜）、～14:30（土曜）、日曜定休
URL／www.nicospier38.com/



Natural　map C　日本語レベル 10

主役級サラダでカラダ大満足

アロハサラダ

ファストフードスタイルながら、地元の野菜や卵を使った上質なサラダがロコたちの間で大ブームに。人気のアロハパッションサラダ($7.95)は、地元産のフルーツにくるみやブルーチーズなどをトッピング。

住所／600 Kailua Rd., Kailua,Hawaii 96734
☎808-262-2016　営業時間／10:30～20:00
無休　URL／www.alohasalads.com/

撮影／宮澤 拓　構成・文／市田愛子　現地コーディネート／コニクソン・プロダクション

Cute map H 日本語レベル 10

本格アメリカンフードを堪能するならココ！

12th アベニュー グリル

伝統的なアメリカンフードにローカルの良質な食材を使い、オリジナルの味つけをほどこした絶品グルメが味わえると評判の同店。アレルギーや苦手な食材を言うと、シェフがアレンジしてくれるという心づかいもさすが。BOX席なら子連れでも安心です。





人気メニューのひとつ「シーフード マスカルポーネ ティンバル」($11.00)。3～4カ月に一度メニューが変わるので、何度行っても飽きないおいしさに大満足♪

住所／1145 c 12th Ave., Honolulu,Hawaii 96816 ☎808-732-9469 営業時間／17:00～21:00（月～木曜）、～22:00（金・土曜）、日曜定休 URL／www.12thavegrill.com





追加料金＄1.00でワッフルボウルに変更OK。キウイやマンゴーなどをたっぷりトッピングして、平均単価は＄6.50～8.00くらい。

Cute map F 日本語レベル 30

自分だけのトッピングで世界にひとつのスイーツを

メンチーズ・フローズン・ヨーグルト

16のフレーバーのフローズンヨーグルトと、チョコやナッツ、地元産のフルーツなど60以上のトッピングが並ぶ店内は、いつも家族連れでにぎわっています。量り売りスタイルで、1オンス43セント。

住所／1050 ala moana boulevard Honolulu,Hawaii 96814（ワードウェアハウス1階） ☎808-592-9292 営業時間／11:00～22:00（日～木曜）、～23:00（金・土曜）、無休 ※サンクスギビング、クリスマスを除く URL／menchies.com/

Cute map G 日本語レベル 30

ハンバーガーショップでハッピースマイルに出合う

ペッパーズ・プレイス

ブラックペッパーの効いたアツアツステーキに、とけたチーズがからむ「フィラデルフィアチーズステーキサンド」($6.59)が有名なバーガーショップ。どれも注文を受けてから作ってくれるので、アツアツを楽しめます。

住所／600 Kailua Rd.＃125 Kailua,Hawaii 96734-2845（カイルア・ショッピングセンター内） ☎808-262-3337 営業時間／10:00～20:00、無休 ※サンクスギビング、クリスマス、ニューイヤーを除く



スマイルのポテト「ハッピーフライス」は＄1.99。ロコキッズたちにも大人気です！



蝴蝶网
hudie.com

MARKET

Natural map J 日本語レベル 30

地産地消＆オーガニックにこだわったスーパーマーケット

ホールフーズマーケット

自然食品やオーガニック・フードをはじめ、ワインや輸入食品などが豊富。食料品以外には人気のエコバッグや、無添加＆天然素材のボディケア製品やサプリも。ワンランク上のスーパーマーケットはママ必見です。





地元産のコーヒーや、「ノースシュア・ソープ・ファクトリー」の石けんなど、ハワイのちょっとイイモノが見つかります。ともに量り売りスタイル。

住所／4211 Waialae Ave.,ste.2000 Honolulu,Hawaii96816（カハラモール内） ☎808-738-0820 営業時間／7:00～22:00 URL／wholefoodsmarket.com





Natural map I 日本語レベル 店舗により異なる

毎週土曜日に開催！縁日みたいなマルシェ

KCC ファーマーズマーケット

農家から直送された食材の中には、日本ではなかなかお目にかかれない珍品も。ハチミツ($7.00～)はダイヤモンドヘッド産。



KCCとはカピオラニ・コミュニティ・カレッジの略で、広大な大学の駐車場で開催される、オアフ最大の朝市。ハワイ育ちのフルーツやお花などが所せましと並んでいる。ハチミツやソルトなどは、おみやげにもおすすめ。

住所／4303 Diamond Head Road. Honolulu,Hawaii96826 ☎808-848-2074 営業時間／7:30～11:00 URL／hfbf.org

Fashion & Beauty

ハワイ建州50周年記念の限定アイテムは即買い！

Cute / map L / 日本語レベル 70

レスポートサック

ママバッグとしても絶大な人気を誇るレスポが、今年はハワイ建州50周年を記念した限定柄を続々発売。もちろんハワイでしか買えないレアものです。さらに今年はメンズラインも新登場。パパも要チェックです。

住所／1450 Ala Moana Boulevard, Honolulu,Hawaii 96814(アラモアナSC内1F・メイシーズ近く)☎808-973-6306　営業時間／9:30～21:00(月～土曜)、10:00～19:00(日曜)、無休　※クリスマス・サンクスギビングを除く



ハワイの切手や、ローカルフードをモチーフにした可愛い柄がいっぱい。ポーチ$22.00～、ショルダー$68.00～。

人気モデルや女優たちも立ち寄る注目のセレクトショップ

Cute / map K / 日本語レベル 100

ル・グランマーケット

ヨーロッパ、アメリカ、アジアなどのデザイナーズアイテムや、オリジナルブランドのアクセサリーや小物が充実した店内。ママ注目のワンピやスキニーも新アイテムが続々入荷中です。秋冬のトレンドはブリティッシュ＆ロックテイスト。





イチオシはロンパー($55.00)と、素材MIXの切り替えワンピ($95.00)。また、デニムとの相性がバッチリのユニオンジャックのバッグも$129.00とお手頃です。

住所／1450 Ala Moana Boulevard, Honolulu,Hawaii 96814 (アラモアナSC内モールレベル2F)　☎808-955-6560　営業時間／9:30～21:00(月～土曜)、10:00～19:00(日曜)、無休　※クリスマス・サンクスギビングを除く

ハワイ唯一！ハリウッドセレブ愛用のブランド直営店

Cute / map O / 日本語レベル 50

プアラニ

ロコのガールズサーファーから絶大な人気を誇るプアラニ。バツグンの機能性とデザインで、ハリウッドセレブ御用達のハワイNo.1ブランドに。水着と同素材のビーチドレスやヨガウエアなども見逃せません！



種類は限られているものの、ママとキッズがおそろいで着られるビキニも！　ビーチで注目されること、まちがいなし☆



住所／Kaimana Beach Hotel Otani, 2863 Kalakaua Ave. #2, Honolulu,Hawaii 96815　☎808-923-0753　営業時間／11:00～19:00、無休　URL／pualanihonolulu.com/

イニシャルジュエリー・ブームの火つけ役

Natural / map N / 日本語レベル 100

モニ

リーズナブルなシルバーから、ピンク、イエロー、ホワイト・ゴールドなどのイニシャルジュエリーがずらり。有名人が来店した時の記念写真がたくさん並んでいるのも人気ショップならでは。



イニシャルペンダントは、トップとチェーンが別売。約$300.00～。イニシャルペンダントに限り、年内(2009.12.31)まで、読者限定10％OFF！

住所／2131 Kalakaua Ave.,Honolulu,Hawaii 96815　☎808-926-9006　営業時間／10:00～23:00、無休　URL／www.moni.ne.jp

最上級のくつろぎ時間をくれるルームウエアたち

Natural / map M / 日本語レベル 50

ベアフット・ドリーム

カリフォルニア生まれの「ベアフット・ドリーム」を扱うハワイ唯一の直営店。一番人気は、伸縮性抜群で軽い着心地のパーカ。キュートなフォルムで、普段着やリゾートウエアとしてもおすすめです♪　ほかにもベビー服やバスタオルなど、贈り物としても人気です。

住所／Kaimana Beach Hotel Otani, 2863 Kalakaua Ave. #2, Honolulu,Hawaii 96815　☎808-926-1560　営業時間／9:00～18:00、無休　※クリスマス、サンクスギビング、ニューイヤーを除く



モデルの梨花さんがデザインしたパーカも入荷。ピンクやブラウンなどカラーバリエも豊富です。

蝴蝶网 hudie.com

女ゴコロをくすぐる雑貨にキュン♪

Cute / map T / 日本語レベル 50

ハッピーハレイワ



おちゃめな女の子のロゴが目印のNEWショップ「ハッピーハレイワ」。Tシャツは種類もサイズも豊富なので、親子コーデを楽しんで。

住所／1050 ala moana boulevard Honolulu, Hawaii 96814(ワードウェアハウス1F)　☎808-591-1813　営業時間／11:00～22:00(日～木曜)、～23:00(金・土曜)、無休 ※クリスマス・サンクスギビングを除く　URL／happyhaleiwa.com/

リゾートファッションをペアで

Cute / map S / 日本語レベル 10

クレイジーフィッシュ

ハワイらしいリゾートウエアの専門店。キッズ＆ママお気に入りのペアファッションが必ず見つかるはず。



住所／1 Aloha Tower Dr., Honolulu,Hawaii (アロハタワー内・1-101)　☎808-566-2337(アロハタワー代表)　営業時間／9:00～21:00(日～木曜)、10:00～22:00(金・土曜)、無休

肌にやさしい天然コスメでボディケアを

Natural / map V / 日本語レベル 30

ラニカイ バス＆ボディ

天然素材から作られた100％ハワイ生まれのボディ&バスアイテムをとり扱っている同店。一番人気はハイビスカスシリーズ。ローションは$15.50。



住所／600 Kailua Rd.＃119 Kailua,Hawaii 96734　☎808-262-3260　営業時間／10:00～18:00(月～土曜)、～16:00(日曜)、無休 URL／www.lanikaibathandbody.com/

プチプラからドクターズコスメまで！

Cute / map U / 日本語レベル 100

ベルビー

日本未発売モノから、おみやげにぴったりのポップなコスメまで、とにかく品数が豊富。カップケーキ形のリップクリームは1個$6.00。



住所／2250 Kalakaua Ave.,#105 Honolulu,Hawaii 96815　☎808-971-2100(ワイキキ・ショッピングプラザ1F)　営業時間／9:30～22:00、無休 URL／www.belle-vie.com

KIDS

子どもの心をくすぐるおもちゃ天国！

Cute / map Q / 日本語レベル 10

シンカートイズ

クラフトやアクティビティキットなど、日本ではまだお目にかかれないカラフルでキュートな知的玩具がそろっています。本(チキンショック・シリーズ)は$9.95～。アグリー(不細工な)ドールはSmallサイズで$7.95～



住所／1450 Ala Moana Boulevard, Honolulu,Hawaii 96814(アラモアナSC内・ストリートレベル1F)　☎808-946-3378　営業時間／9:30～21:00(月～土曜)、10:00～19:00(日曜)、無休 ※クリスマス・サンクスギビングを除く

ハワイアナスのビーサンもズラリ！

Cute / map P / 日本語レベル 10

カップケーキ・ブティック

ハリウッドセレブがキッズに着せて話題になった、洋服やおもちゃがいっぱいのキッズ専門ショップ。日本未入荷商品も多数！



住所／1050 Ala Moana Boulevard Honolulu,Hawaii 96814(ワードウェアハウス1階)　☎808-597-8305　営業時間／10:00～21:00(月～土曜)、～18:00(日曜)、無休 ※クリスマス・サンクスギビングを除く　URL／http://www.cupcake-boutique.com/

お料理するのが楽しくなるグッズがいっぱい

Cute / map R / 日本語レベル 10

エグゼクティブシェフ

プロも通うキッチングッズの専門店。アイテム数はなんと13,000種類を超えるとか。初めてのお箸レッスングッズや、エプロンなどキッズ向けの商品は最高にキュート。

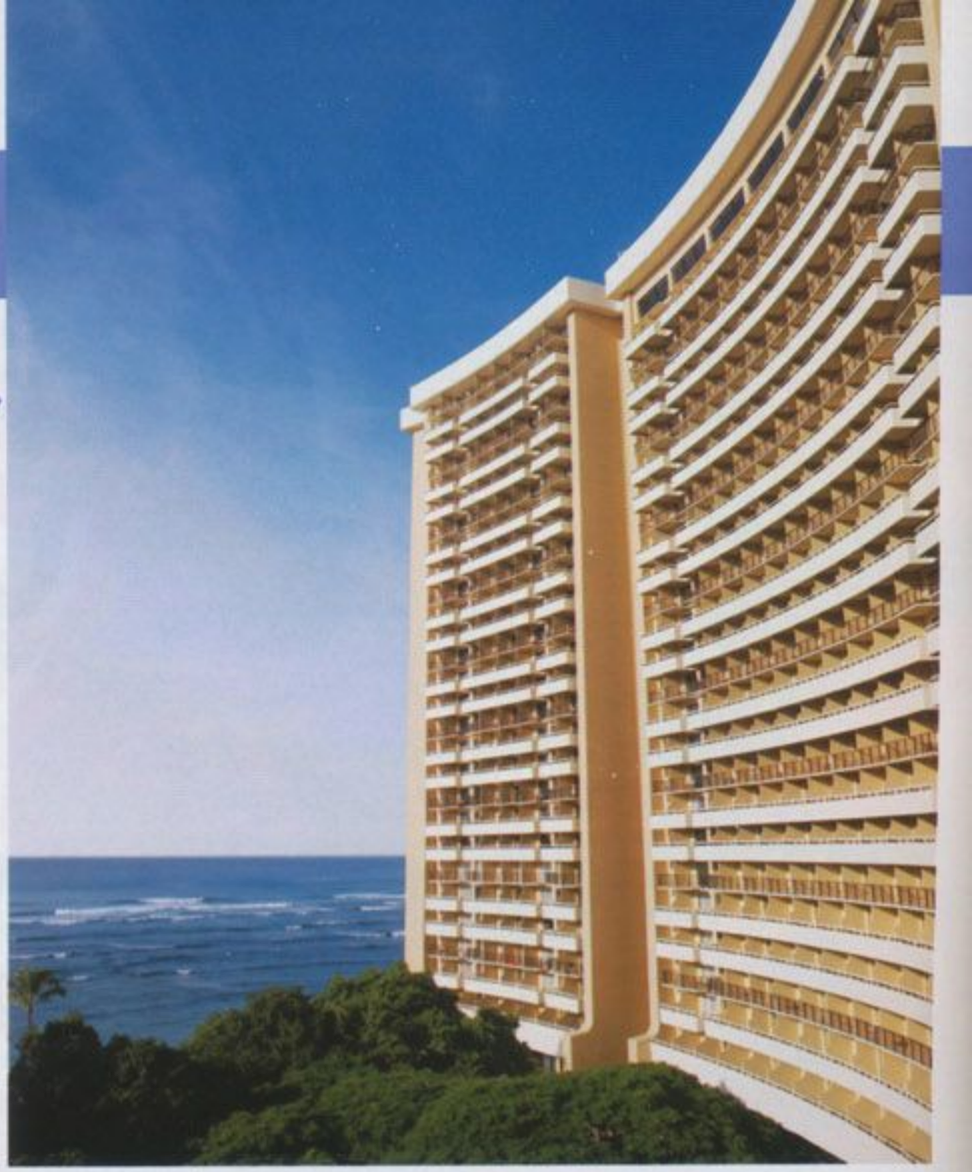


住所／1050 ala moana boulevard Honolulu,Hawaii 96814 (ワードウェアハウス1階)　☎808-596-2433　営業時間／10:00～21:00(月～土曜)、～18:00(日曜)、無休 ※ニューイヤー・サンクスギビングを除く　URL／www.executivechef.com

家族で泊まりたい、憧れホテル

シェラトン・ワイキキ・リゾート

ワイキキの中心部にあって、ビーチに行くにもショッピングに行くにも超便利！ 選ぶなら絶対ココ。





施設・立地・サービス、どれをとっても家族にうれしい

「シェラトン・ワイキキ」はワイキキビーチの目の前に位置し、全1,636室のうち、約2/3が海に面しているというリゾートホテルです。昨年末から、リニューアルしていたプールや客室が次々とオープンし、ますますラグジュアリーな空間に。また、生後3カ月～12才までの子どもを預かってくれるキッズルームが完備（有料）されているなど、子連れファミリーがハワイをとことん満喫できる環境とサービスが充実しています。

住所／2255 Kalakaua Ave., Honolulu, Hawaii 96815
問い合わせ☎808-922-4422
予約☎0120-922-775
map W





部屋からダイヤモンドヘッドを一望できる「デラックスオーシャンフロント」は1泊$715.00～。オリジナル・バスアメニティはBliss®が、シェラトン系列ホテルのためだけにつくった"Shine by Bliss"シリーズを用意。



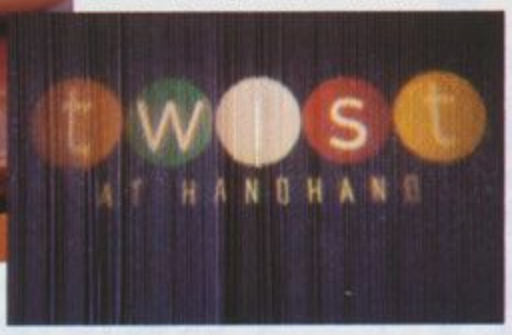
「ホヌ・[illegible]ナ・ラ[illegible]」は旅行代理店で販売しているパッケージに含まれていることが多い。それ以外は、1日1部屋$50[illegible]で朝食(6:00～10:00)サービスや、カクテルアワー（16:00～19:00）にはビールなどドリンクの飲み放題などが利用できる。

hudie.com



宿泊者は無料で利用できるリゾートプール「ヘルモア・プレイグラウンド」はビーチと隣接。オアフ島初のウォータースライドは全長21ｍで、子どもも大喜び♪ 大人はビーチサイドのチェアベッドで優雅なひとときを。





地元の新鮮な魚介を使ったコース料理($65.00)が自慢の「ツイスト アット ハノハノ」を気軽に楽しみたいなら、Barの利用がおすすめ(17:00～23:00)。窓の外には、30階から見渡すダイヤモンドヘッドとワイキキビーチの絶景が広がります。



8月にオープンしたばかりの「カイ・マーケット」は"農家から食卓へ"をコンセプトにしたブッフェ形式のレストラン。「キッズ・イート・フリー」プログラムにより、ディナーは大人1名様につき、12才以下のお子様1名が無料といううれしいサービスも。



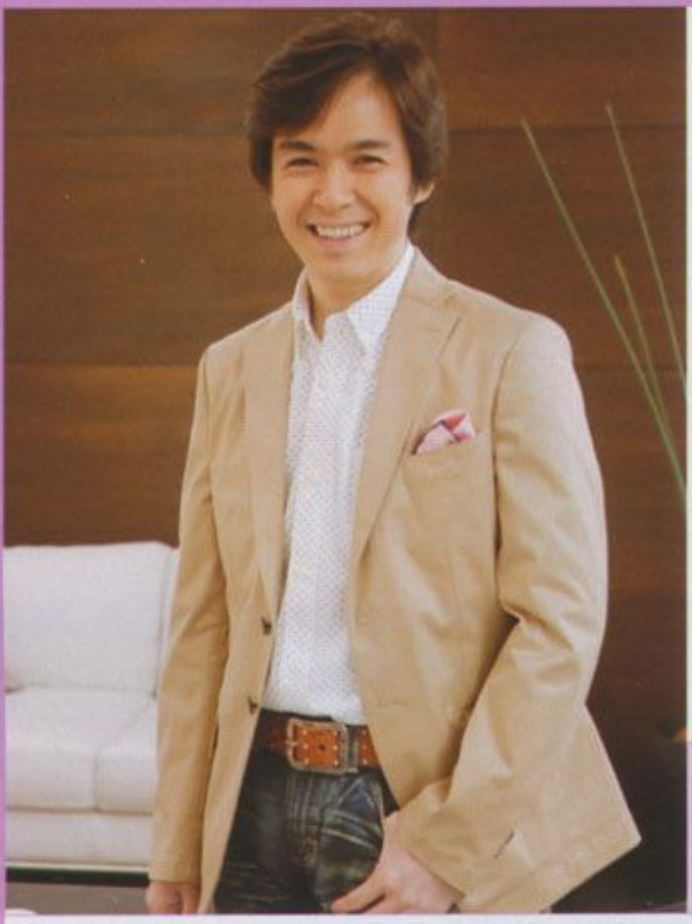




蝴蝶网 hudie.com

このコーナーではみなさんの日頃のお悩みを募集しています。子育てからパパの[illegible]まで、植草さんが[illegible]に答えてくれます!
くわしいお悩みとお名前、年齢、ご住所、電話番号を明記して送ってください。
メールはcomo@1018911.comまで。また、ハガキや封書でも受け付けています。掲載の場合は図書カード500円分をお送りします。
【あて先】〒101-8911 東京都千代田区神田駿河台2-9
主婦の友社コモ編集部「植草かっちゃんパパ」係まで

蝴蝶网 hudie.com



ジャケット 14,700円、シャツ 7,875円、パンツ 14,700円/以上fredy&GLOSTER 渋谷店

お悩み相談室

第28回

植草かっちゃんパパの“君だけに”ズバリ答えます!

日常に追われ、子育てでヘトヘトになり、つい自分のことをあと回しにしてしまいがち…
でも、おしゃれをしたい! 忘れそうになってた女子力アップのために、
どうしたらいいか? 何からすべきなのか? 男性目線でかっちゃんがアドバイスをくれました。

撮影/宮坂浩見 スタイリング/鬼塚美代子(アンジュ) ヘア&メイク/岡 光一(MORIO FROM LONDON) 取材・文/堀江純子

●掲載協力店リストは179ページにあります。

PROFILE

植草克秀(うえくさかつひで)/1966年7月24日生まれ。1985年に少年隊としてレコードデビュー。
12月12日〜1月31日に、ミュージカル『シー・ラヴス・ミー』に特別出演が決定。家庭では男の子、女の子の2児の父。

[お悩み]

「魅力的なママになるために、キレイ磨きは何から始めればいいですか?」

20代前半で結婚し、その後立て続けに2人出産し、20代をほぼ子育てで終えてしまいました。子どもが小学生、幼稚園生になり、少しは時間もできたので、自分自身のために何かしたいと思ってます。まずは、おしゃれする間もなかったので、女性として、まったくかまってなかった見かけから変えていこうと考えています。でも、そういうことから離れてた時間が長いせいか、何から始めていいかもわかりません。植草さんから見て、どんな奥様が魅力的だと思いますか? 髪形、スタイル、身のこなし、ふるまいなど、参考にお聞かせください。(北海道 N・Kさん 31才)

「内面から変わる、モチベーションをアップさせることから始めましょう」

まずは、ご主人にもう一度、恋をしましょう

子育てを優先して、母であろうとしたことは、僕は素晴らしいことだと思います。でも、やはり女性ですからね。いつまでも美しくいたいと思うのも当然ですよね。**いつも身なりがきれいな女性は男性から見てもステキなもの**ですから。ご相談者のかたの心がけは、自分自身のためにも、ご主人にとっても、プラスに働く、とてもいいことだと思います。

自分の妻が子育てをひと段落させ、自分を磨こうとする姿を目にしたらご主人も喜ぶはずです。そして、ご主人に改めて、自分に恋してもらえたらいいですよね。そのためには、ご主人に恋する気持ちも必要じゃないでしょうか? 恋をする女性ってきれいになると思うんです。何から始めていいかわからない、ということでしたら、まずは、ご主人をちゃんと男性として見ているか? 恋をしているか? 振り返ってみてください。**内面からモチベーションアップさせることが大事**だと思います。

よくないのは、子育てで忙しいから、私は子どものことやってるから、って言い訳めいたことが日常化してしまうこと。そうすると、男って家庭内で孤立しちゃうんですよね。孤立するとどうなるか? 男は多くのことを外ですませてから、家に帰るようになってしまいます。食べて、飲んで、家に帰ってあとは寝るだけ。そして、朝起きて会社へ行くっていうふうにね。また、奥さんがそれを何とも思わないどころか、亭主元気で留守がいい、なんて雰囲気で認めちゃうと、もっともっと男は孤立するでしょう。

あと、これは男目線というか、女性としては言い分もあるかもしれませんが、ママとしてのおしゃれって気をつけないと、まちがいをおこしそうな気がするんですよね。たとえば、ママ友達とか、学校行事などの場で、女同士、張り合うようにおしゃれしちゃうと、それはなんとなく違うような…。たぶん、そのママ仲間ならではの流行りとか、ファッションのカラーってあると思うんです。その範囲で通用するためのおしゃれの努力って、これはあくまでも男目線ですが、意味ないんじゃないかなと。ほら、女性って、独身時代でも、そういうところなきにしもあらずでしょ?

身近な、大事な男性のためにおしゃれしよう、きれいになろう、っていうのが、いちばんシンプルでいいと思うんですよね。お金かけなくたっていい。新しい服を買わなくたって、内面の心がけがあるだけで、女性って変わると思うんです。たとえば、ボサボサ頭で朝、ご主人を送り出してたのが、きれいにまとめたり、セットしたりして見送るだけで違いますよ。

朝って、一日の始まりでしょ? 朝の家庭の雰囲気って、すごく大事だと思うんですよ。朝、いろんな面でママがシャキッとしていると、いい一日が始まる。そんな気分になれるんですよ。朝、身支度した格好で、そのまま外へ出られますよ、ぐらいな感じにはしたほうがいいんじゃないかな。

口には出さなくてもちゃんとわかってる

でも、簡単な髪形の変化ぐらいじゃ、男は気づかない。そう思ってるかた、多いでしょう。いやいや、意外と気づいてるもんですよ。気づいてるんだけど、口にしないだけですよ。女性はよく、口にしてくれなきゃわからない、って言いますけど、男はね、**口にするのがものすごく照れくさい**わけですよ(笑)。

僕だって、言わないけど気づいてます。朝5時半から起きて、身支度してお弁当作って、大変だな、って。だから、ご主人が何も言わなくても、そこは自分を磨き続けるためにも続けてください。ご主人は口に出さないだけで、ちゃんとわかってると信じて。もしかしたら、**「お、どうしたの? いつもと違うね」**って、ちゃんと口にしてくれるご主人かもしれませんしね。そこで、「ちょっと、おしゃれがんばろうと思って」なんて返答があったら、ご主人もうれしくなっちゃって、また新たな恋心が芽生えちゃうかもしれませんよ。

蝴蝶网
hudie.com

幼児・小学生・中学生のための家庭学習用教材

全家研 月刊ポピー

石川遼選手が続けていた『月刊ポピー』見本プレゼント!!



プロゴルファー
石川遼選手は忙しい毎日の中でも、短時間で集中して学習できる月刊ポピーを使ってゴルフと勉強を両立していました。

教材充実、お求めやすい価格

小学校入学準備に必要な
学習・生活習慣が身につく!!

月刊 幼児ポピー



2〜3歳児	700円	年中児(4〜5歳)	900円
年少児(3〜4歳)	900円	年長児(5〜6歳)	900円

教科書にそった編集!
発展学習にも対応!

月刊 小学ポピー



1・2年	2,500円	5・6年	2,900円
3・4年	2,700円		

発展的な内容で、
上位校合格を目指します!

月刊 中学ポピー



1年	4,200円	3年	4,400円
2年	4,200円		

おためし見本プレゼント!

お申し込みは
popy.jp 検索
お申込み番号 9CO01

お電話でのお申し込みは 受付時間 平日9:30〜18:00
通話料無料 0120-627-700
お申込み番号 9CO01

●おためし見本は、幼児(2歳)から中学3年生までとなります。

全家研ポピー/新学社 http://www.popy.jp
〒607-8501 京都市山科区東野井ノ上町11-39

千秋ママの Lolita Candy
ロリータ・キャンディ

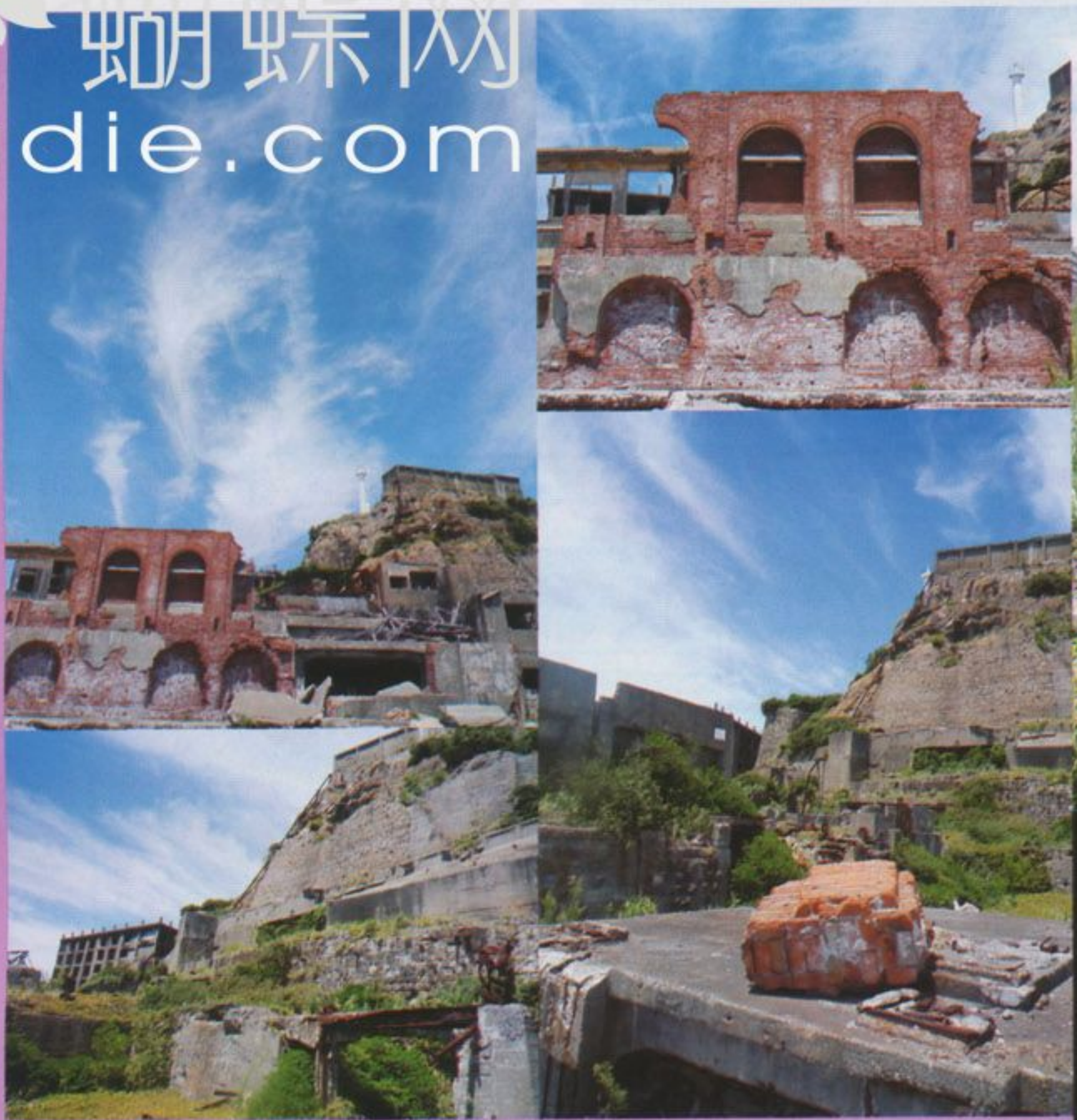
Text & Photos by Chiaki

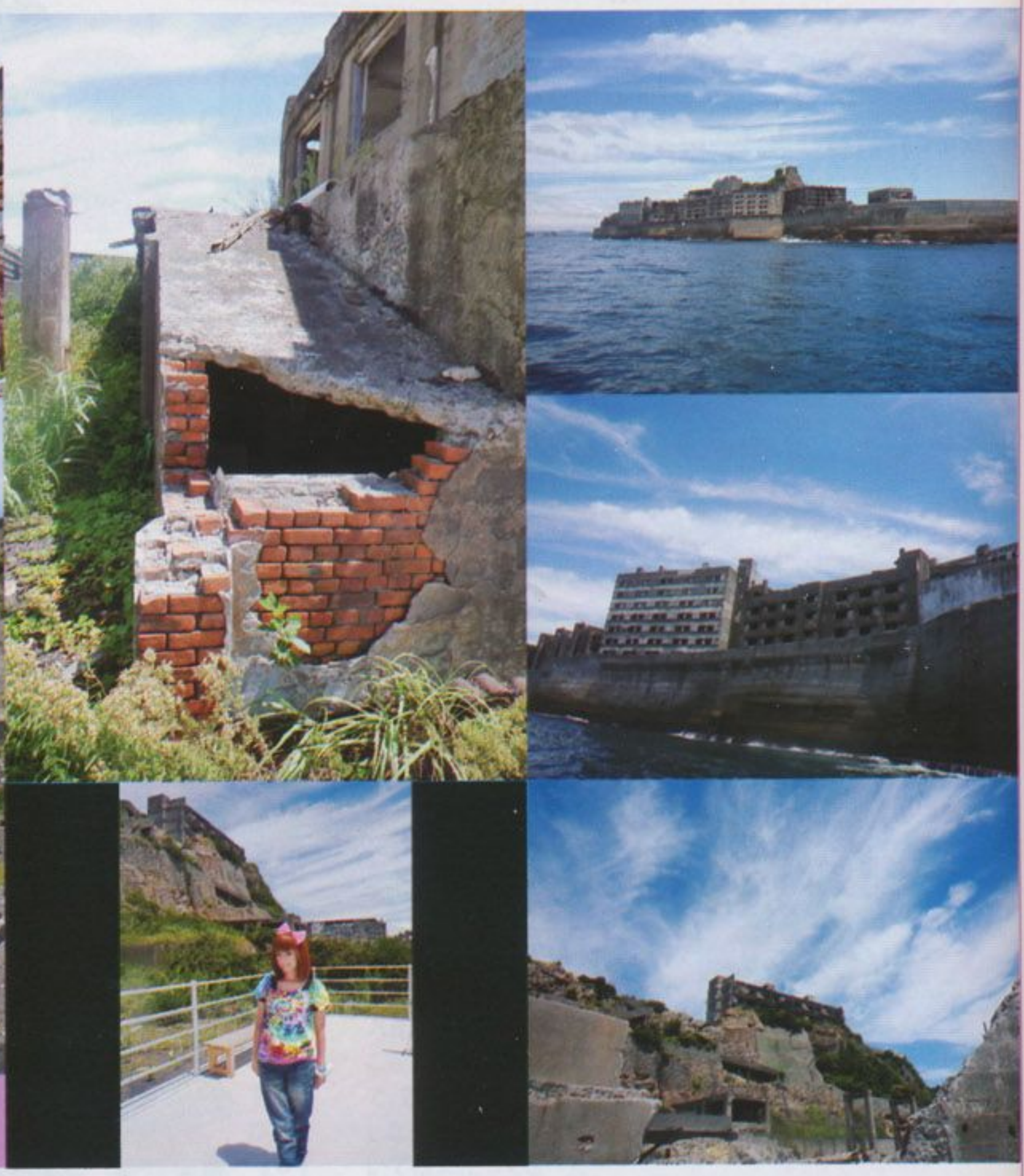
Vol.40



Chiaki　10月26日生まれ。'03年5月に長女を出産。バラエティ番組を中心に活躍。『ドラえもん』(TV朝日系)にはドラミ役で声の出演中。最近では自らがデザイナーを務めるブランド「Ribbon Casket」も入っているショップ3号店「コンビミニ代官山 ららぽーと磐田店」がオープンしたほか、プロデュースを手がけたBE@RBRICK等が話題。最新刊の『千秋のラララ♪ 幼稚園おべんと日記』(弊社刊)も好評です♪ 詳しくは公式HP「苺同盟」を見てね。
●千秋さんデザインの「Ribbon Casket」のカタログ請求は☎03-5225-7820
●千秋さんの公式HP「苺同盟」http://www.chiaki7.com

蝴蝶网
hudie.com





「夏休みに行った軍艦島。廃墟マニアにはたまらない、ずっと行ってみたかった憧れの場所です。今年から35年ぶりに上陸可能になったんですよ。ノーマルな旅に飽きた方は是非」

楽しい楽しい夏休みもあっという間に終わってしまいました。ほんとにあっという間。海もＢＢＱも夏祭りも旅行もいろんな経験もしたけれど、まだまだ足りない気がするのはワタシだけ？ とうとう「幼稚園児の夏」も終わりを迎えます。やだなあ。もっと味わいたいなあ。計画では秋になったら常夏の国へもう一度夏を探しに行きたいんだけど。去年みたいに。どうなることやら。

といっても、きっちり２学期が始まりましたよ。３学期なんてほんとにほんとにあっという間だから、幼稚園生活を実質満喫できるのはまさにこの２学期なのかもしれない。運動会とか秋の行事もいろいろあるもんね。運動会は保護者参加のものはちょっと憂鬱ですが。だってかっこ悪いとこ見せられな〜い。運動音痴がバレずに乗りきりたいものです。

それからお弁当作りも再開。去年はお弁当初心者だったから色々頑張りました（※『千秋のラララ♪幼稚園おべんと日記』ＢＹ主婦の友社。大好評発売中〜♪）。しかし年長さんになってからはマンネリになっちゃって、我ながら手抜きすぎだなあって反省する日もありました。でもどんな日も娘は全部食べてきてくれました。ううう。幼稚園のお弁当生活もあと少し、ここらでもういっかい仕切り直しましょうか！ ちょっと、張りきっちゃうぞ。

最近のワタシたち親子は、お部屋の模様替えに凝っています。子ども部屋のインテリアって、凝りだすと止まらないよね。お手本は外国の子ども部屋。イケアで揃える家具やラグを中心に、ロスやハワイのフリーマーケットで買ったカラフルなおもちゃのお城や雑貨を並べたり。物作りが得意な娘が、紙で作った王冠やティアラを飾ったり。お絵描きをきちんと額に入れて壁に飾っても、立派なインテリアになりますよ。一気に作り上げるのではなく、少しずつ、がワタシたちのやり方。ちょっとずつお姫さま部屋になっていくのが楽しみな毎日です。いつか、公開できる日がくるかしら？

Present!

苺さんのワンピースをどうぞ♪



今月は、苺さんが着用していたワンピースをセットで。胸のでかリボンがキュートな『リボキャス』ジャージーワンピ&アメリカで購入したという赤いパッチポケットのリネンワンピ。どちらも4〜5才くらいのサイズ♪
●ご希望の方は、Lolita Candyの感想や千秋さんへのメッセージを添えて、下のあて先へご応募ください。10月30日必着。〈あて先〉〒101-8911　東京都千代田区神田駿河台2-9 主婦の友社 コモ編集部「千秋さんプレゼント⑪」係



セブンプレミアム
うちの3姉妹(しまい)
プレゼントキャンペーン
【キャンペーン期間】2009年 10/1(木)~10/31(土)
応募締切:2009年11月2日(月)まで
セブンプレミアムはセブン&アイHLDGS.の安心・安全のプライベートブランドです。
※写真の商品は、【Wチャンス!】セブンプレミアム無料引換券セットの対象商品とは関係ありません。
【1,000円コース】500名様
IHクッキングヒーター
チーちゃんは
クッキングヒーター
当たったの!!
すっごーい!!
※写真はイメージです。
【500円コース】1,000名様
ランチボックス&バッグ
やったぁ!!
フーちゃん
ランチボックス
当たった!!
※写真はイメージです。
スーは…
【Wチャンス!】10,000名様
セブンプレミアム無料引換券セット(2,000円相当)
Wチャンスで
セブンプレミアム
引換券が
当たったし!!
すっごーい!!
※指定商品の無料引換券セットとなります。
©松本ぷりっつ/主婦の友社・3姉妹プロジェクト
総計 11,500名様に
「うちの3姉妹」オリジナルグッズなどが抽選で当たる!
セブン&アイHLDGS.(セブン-イレブン、イトーヨーカドー、ヨークベニマル、ヨークマート)で、セブンプレミアムをお買い上げいただいたレシートを合計金額500円(税込)分、1,000円(税込)分集めてご応募ください。
詳しくは→キャンペーンサイト http://www.7premium.jp/3shimai/ まで!
●賞品は景品表示法の範囲内となっています。●当キャンペーンの当選者は、同時期に実施されている同一商品を対象とした他のキャンペーンとは重なって当選できません。●郵送によるご応募も2009年11月2日(月)当日の消印分まで有効とさせていただきます。●当選発表:厳正な抽選の上、賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。●ご当選者の方には、2009年12月上旬に賞品を発送いたします。●賞品の発送は日本国内に限らせていただきます。【ご注意】●当選された方の住所、転居先が不明などの理由により賞品がお送りできない場合は、当選を取り消させていただく場合がございます。●賞品のデザイン・色などは、変更になる場合がございます。●賞品到着後の紛失・破損などにつきましては対応しかねます。●(株)セブン-イレブン・ジャパン、(株)イトーヨーカ堂、(株)ヨークベニマル、(株)ヨークマートの社員は応募できません。
【キャンペーンに関するお問い合わせ】セブンプレミアム『うちの3姉妹』プレゼントキャンペーン事務局 04-2951-8236 10:00~17:00(2009年11月4日(水)までの土・日・祝日を除く)
セブン-イレブン
イトーヨーカドー
ヨークベニマル
ヨークマート

hudie.com

第17回 GO! GO! うちの3姉妹



松本ぷりっつ
幼稚園につとめるかたわら『ザ・マーガレット』で漫画家デビュー。その後結婚を機に退職、3姉妹の母に。2005年ブログ『うちの3姉妹』を開設し、たちまち「育児部門」第1位に。ブログアドレスは、http://ameblo.jp/3shimai

ぷりっつ家は、今日ものほほん

イラスト・文／松本ぷりっつ　©2009松本ぷりっつ／主婦の友社

わが家でもまさに芸術が爆発中〜!!!



頭の中はメルヘナー、ラブリーなものが大好きなフーちゃん。たまに忘れ物もしちゃうけど、のんびりゆったりわが道を行き、妹たちから尊敬されるお姉ちゃん♥

ぷりっつ家の「リベロ」・スーちゃんは1年生。お姉ちゃんとの言い合いにも負けない芯の強さがあって、やるべきことは忘れず行うしっかり者です!

「社長」こと末っ子のチーちゃんは年中さん。英語の発音はバツグン、こども●ゃれんじもすぐに終わらせちゃう3姉妹の中でもピカ1の集中力をもつ女の子。



蝴蝶网 hudie.com

「オーブン粘土」人形で繰り広げられるおっぺけ劇場!

芸術の秋ですねえ。うちの3姉妹は、みんなかいたり切ったり貼ったりが大好きなので、年がら年じゅう芸術(?)してますが・・・。

今回は、3人が今はまっている粘土の話。とある100円ショップで見つけた、「オーブン粘土」というのがすごーくおもしろいんです！　普通の粘土と同じように形をつくって、できたら120度のオーブンで30分間温めるというもの。温めると硬くなって、プラスチックの人形みたいになるんです。最後にニスをぬったりすると、けっこう本格的なの!

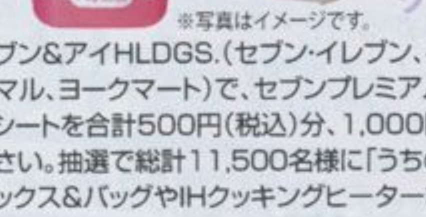
粘土をまぜて色をつくることもできるので、子どもたちは「肌色ってどうやってつくるんだろう?」とか「薄いむらさきをつくりたい」など、色づくりにも一生懸命。思いどおりの色になったときは本当にうれしそうです。

それで、何をつくっているかのぞいてみると・・・いろんな人形がずらーりと。その人形を使って、大好きなお人形ごっこをするんですって！　自分たちでつくるキャラクターなので、ごっこ遊びにもいつも以上に熱が入るらしい(笑)。劇をしながら、「こういうキャラクターを登場させたい!」と思いついてはまたつくる・・・。

そんなこんなで、今わが家にはどんどん粘土人形が増えています。創造し、それを使って演劇をする・・・おお、これぞまさに芸術の秋!(笑)

ちなみに、チマチマした作業が大好きな私もこの粘土に一時期はまりました(あっという間に飽きたけど)。指先を使うのって、ボケ防止にいいんだよね、たしか。もう少し年とったら、脳の活性化のためにまたいろいろつくってみようかな〜、と思うアラフォーぷりっつなのでした。

今月の3姉妹ニュース



※写真はイメージです。

セブンプレミアムのお買い上げレシートを集めて応募すると抽選で「うちの3姉妹」グッズなどが当たる!

セブン&アイHLDGS.(セブン・イレブン、イトーヨーカドー、ヨークベニマル、ヨークマート)で、セブンプレミアムをお買い上げいただいたレシートを合計500円(税込)分、1,000円(税込)分集めてご応募ください。抽選で総計11,500名様に「うちの3姉妹」オリジナルランチボックス&バッグやIHクッキングヒーターなどが当たります！　詳しくは隣のページを見てね!!



テレビアニメも絶賛放映中です!

「うちの3姉妹」はテレビ東京系で毎週火曜日午後5時30分より放映中。テレビアニメでは小さい頃のお話も楽しめますよ♪

©松本ぷりっつ／主婦の友社・3姉妹プロジェクト



お待たせしました！
キュートな3姉妹が巻き起こす大爆笑の毎日★
待望の最新刊！
大人気ベストセラー！
シリーズ合計
183万部突破！
©松本ぷりっつ／主婦の友社・東急エージェンシー
うちの3姉妹⑩
松本ぷりっつ ●定価：998円（税込み）978-4-07-267016-3
①～⑨巻＆
特別編「ハワイでおっぺけぺ」
好評発売中！
●定価：各998円（税込み）
①978-4-07-251630-0 ②978-4-07-253570-7 ③978-4-07-255131-8 ④978-4-07-256107-2 ⑤978-4-07-257615-1
⑥978-4-07-260209-6 ⑦978-4-07-261692-5 ⑧978-4-07-263828-6 ⑨978-4-07-265684-6 特別編 978-4-07-265081-3
どんどん広がる！
「うち3」ワールド
毎週火曜日夕方5時半からテレビ東京系6局ネット
TVアニメ放送中！
avexよりDVD&CD好評発売中！
ゲームも登場！うちの3姉妹DS
アニメ専門チャンネル アニマックスでも放送開始！
東映アニメBBプレミアムで PC配信スタート！
www.anime-bb.com
詳しくは「うちの3姉妹」公式ホームページへ！
セブンプレミアム『うちの3姉妹』
プレゼントキャンペーン実施中！
キャンペーン期間 10/1㈭～10/31㈯
総計11,500名様に『うちの3姉妹』オリジナルグッズなどが当たる！
セブン&アイHLDGS.（セブン-イレブン、イトーヨーカドー、ヨークベニマル、ヨークマート）各店で実施中。
docomo、au、SoftBank対応の
アニメ「うちの3姉妹」公式サイト。
待ち受け、着ボイス、着せ替えなどの
しょでしょでコンテンツ満載！
アニメ「うちの3姉妹」
公式応援団ママスタ。
3姉妹の情報はもちろん出産・子育て
などの情報満載の国内最大級の
育児支援サイトです！
主婦の友社
★http://www.shufunotomo.co.jp
■主婦の友社コールセンター
書店様ご注文・お問い合わせ ☎049-259-1122 ／ 書店ご不便の際の読者様窓口 ☎049-259-1236
★書名コード（ISBN）を付記しました。ご注文等にご利用ください。

Como esta? コモエスタ

このコーナーではみなさんの「ささいなことなんだけど、でも同じシチュエーションになるたびに困る」そんな悩みを募集しています。
くわしい悩みとお名前、年齢、ご住所、電話番号を明記して送ってください。
ハガキでも封書でもかまいません。掲載の場合は図書カード500円分をお送りします。

【あて先】〒101-8911　東京都千代田区神田駿河台2-9
主婦の友社コモ編集部「常識のアナ」係まで

第45回

上大岡（かみおおおか）トメの

常識のアナをふさげ!

PROFILE

1965年東京生まれ。建設会社に勤務を経てイラストレーターに。単行本「キッパリ!　たった5分間で自分を変える方法」（幻冬舎）がベストセラーに。中学3年生の男の子と、高校2年生の女の子のママ。トメさんがイラストや漫画を担当した「ひとおしッ!　勇気を出す英会話」（学習研究社）も絶賛発売中です。

ふだんは忘れているぐらいささいなことなんだけど、同じシチュエーションになるたび
「どうしたらいいの?」と困っちゃうような、そんな経験ありませんか?
上大岡トメさんがそんな悩みをキッパリ! 解決してくれます!
どんどんお悩みをお寄せください!

今月のご相談

ブラジャー、洗ってますか?

みなさんは、ブラジャーをどのくらいの頻度で洗っていますか?
以前は毎日洗っていましたが、
子どもができてからあまりに忙しく、
2〜3日に一度しか洗わなくなってしまいました。
夏はさすがに汗をかくので洗いますが、
それ以外の季節はさほど汚れないし、ワイヤーもゆがむし……。
それを夫に話したら、ものすごくショックを受けていて
「おまえ、女失格じゃないか?」と言われてしまいました。
そんな女、わたしだけですか?



え!?　私もワイヤー入りのブラをしていたときは、2、3日くらい平気でつけてましたよ。とくに汗をかかない冬は……。だって、ワイヤーが入っているのを何度も洗うと、傷むような気がして（本当は手洗いがめんどくさい）。でも、ワイヤー入りでも、洗濯ネットに入れてガンガン洗濯機でまわす友人もいますが。

ところで洗濯だけでなく、ブラにまつわる苦労は多いんです。なぜなら私は、超貧乳。

だからかき集めて、あげて、寄せる!というワイヤー入り、そしてデザインの凝った高価なブラジャーに傾倒していた時期がありました。幼児体形をなんとか女性らしいブラジャーでフォローしたろうかと。どちらかというと胸を支える下着という感覚より、アクセサリー（!?）という感覚。だから洗わなくても平気だったのか。

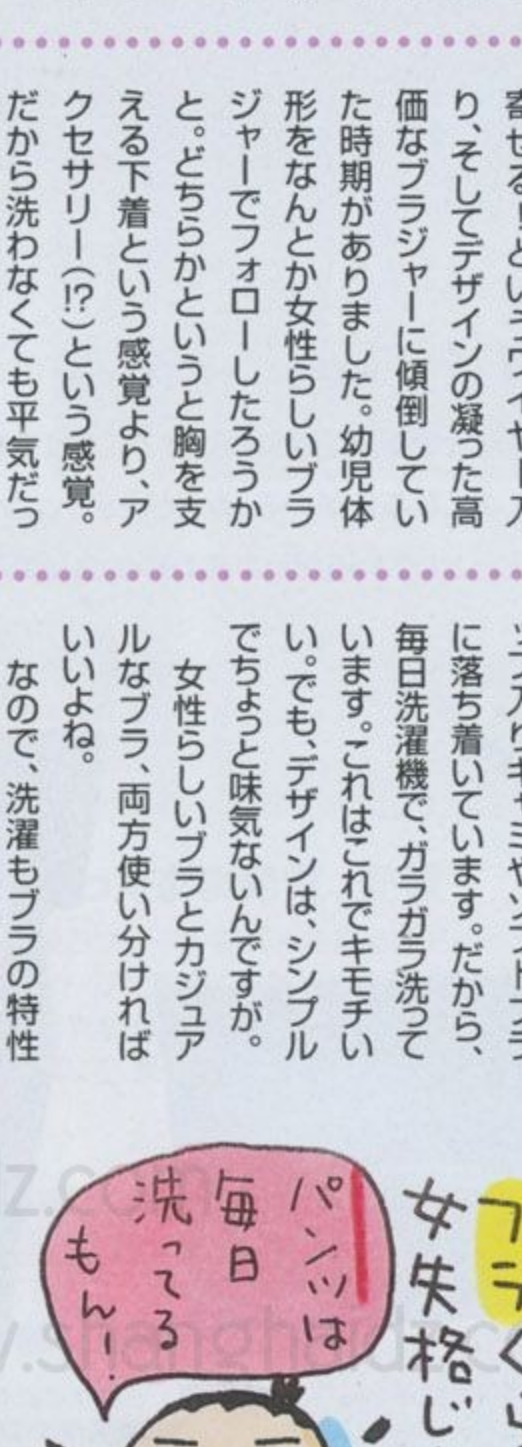
でも、どんなものを試しても、ワイヤーがあばらを直撃。

結局、今は某メーカーのカップ入りキャミやソフトブラに落ち着いています。だから、毎日洗濯機で、ガラガラ洗っています。これはこれでキモチいい。でも、デザインは、シンプルでちょっと味気ないんですが。

女性らしいブラとカジュアルなブラ、両方使い分ければいいよね。

なので、洗濯もブラの特性を考えて、自分がキモチ悪くない程度で、やればいいでしょう。

トメさんのひとこと



www.shanghaidz.com
hudie.com 蝴蝶网

www.transcend.co.jp

Transcend®



守りたい、伝えたい、残したい。

蝴蝶网
hudie.com

「ウミガメ」 撮影地：ハワイ島

ウミガメには自分で甲羅をきれいにすることはできないが、うまくしたもので、背中に付いた藻や寄生虫などを食べてお掃除してくれる魚がいる。カメがクリーニングステーションと呼ばれる場所に行くとハギたちが待ち構えていて、そこでじっとしているだけできれいにお掃除をしてくれるのだ。自然は、もともとうまくできているようだ。



高砂淳二
Junji Takasago
自然写真家。1962年、宮城県石巻市生まれ。海の中から風景、生き物まで、地球全体をフィールドに自然全体の繋がりや人とのかかわり合いなどをテーマに撮影活動を行っている。「free」「Blue」「night rainbow」(小学館)ほか、著書多数。



▲ PF810W
▲ PF810B

PF810 デジタル フォトフレーム

思い出のシーンを演出するトランセンドのPF810は、2GBという内蔵メモリで沢山のお気に入りの写真をスライドショーで再生でき、お好きな音楽やラジオのバックグラウンドで愉しむことができます。

- 8インチの高解像度TFT液晶画面
- 便利な2GBの内蔵メモリ
- USBメモリと様々なメモリカードに対応
- 時計やカレンダーも一緒に表示可能
- 自動センサーで写真の縦横を調節して表示
- 画像補正で自然な色調に（ナチュラトーン機能）



PF730シリーズ

- 7インチ高解像度液晶のスタンダード品 PF730（2GB内蔵メモリ）もあります

＊詳しくはホームページを参照ください

www.shanghaidz.com

製品についてのご質問、お問合せにつきましてはこちらへ
メールフォーム：http://www.transcend.co.jp/qa.asp

Transcend トランセンド・ジャパン株式会社

anscend 2009. All rights reserved. Transcend and the Transcend logo are registered trademarks of Transcend Information, Inc. Product offerings and specifications are subject to change without notice. All other products, brand names, company names and logos are trademarks of their respective owners.

Como esta 蝴蝶网
hudie.com

デンキのことなら松丸電気♪

松丸電気へようこそ!

コモモデル松丸光子が最新の電気製品情報をお届けするこの連載。今回はなんと、折りたためる電動自転車ですって！ マンション住まいのこの松丸、「玄関に置けるサイズならなぁ」と常々思っておりましたの。さっそくチェックで〜す！

撮影／ひろせたつお　構成／和田玲子　取材・文／松丸光子（コモモデル）



今月の松丸注目商品は



［電動自転車］

三洋エネループバイク CY-SPK220

DATA

●寸法／全長1,550×全幅580mm（折りたたみ時幅835×奥行520×高さ730mm）
●タイヤサイズ／20×1.5HE
●質量／18.5kg
●充電時間／約2時間15分
●カラー／ホワイト、レッド、ブラック
●価格／オープン価格

松 POINT 01

グイグイ走れるパワーUP電動自転車



コンパクトな20型ホイールと前輪モーターの両輪駆動で、どんな急坂でもスイスイ発進！ 見た目以上の加速力と乗り心地のよさで、デイリーサイクリングがさらに楽しく快適に♪

松 POINT 02

折りたたんでお出かけにGOGO!



真ん中でパカンと折りたためば、ホラこんなにコンパクト♪ ポンと車に乗っけて、街や旅行先で爽快サイクリングが楽しめちゃう！ 駐輪スペースのお悩みもこれなら一発クリア。

松 POINT 03

たたんだら自立。これも便利







折りたたみ時にウルトラ大活躍な「ハンガースタンド」。これさえあれば、室内や玄関でも本体が広がらずにコンパクトボディを軽がるキープ！ 細部までカッコイイのがニクイ♪

松 POINT 04

「らしくない」かわいいルックス♥

電動自転車らしくないスリムなバッテリーにおしゃれなデザイン。ディスプレイしたくなっちゃうほどかわゆいボディにメロメロ♪ こんな電動自転車、待ってたの♥

乗ったまま発電、充電





後ろブレーキレバーを握るとモーターが発電機に自動切り替え。下り坂や減速時にはバッテリーが自ら充電して、長〜く走れます！

家電ニュースフラッシュ

Kaden NEWS FLASH

1台6役のプレミアムブレンダー



ブラウンのハンドブレンダーがリニューアル！ 400Wの強力モーターで「つぶす」「混ぜる」「きざむ」「泡立てる」「千切り」「スライス」の6つをすばやくこなします。

ブラウン マルチクイック プロフェッショナルMR5550MFP／オープン価格

お手入れカンタン、ポットライクな加湿器



象印の新しい加湿器はなんとポット型。パカッとフタをあけてポットみたいに給水でき、掃除も簡単。フィルター交換なども不要です。チャイルドロック、転倒湯もれ防止機能つき。

象印 スチーム式加湿器EE-QA30／15,750円（税込み）

子どものお熱に「曲がる体温計」



シチズンから先端がやわらかく曲がる体温計が新発売！ わきの下にぴったりフィット するので、つきぬけちゃって計れなかった…という失敗がありません。子どもの検温にぴったり。

シチズン 予測式体温計CT791SP／オープン価格

www.shanghaidz.com

キッズ・タレント モデル募集

3人のモデルがパリ・コレクションに出演したモデル事務所クラージュが、
キッズ・タレント、モデルを募集します!





オーディションは無料、参加者には撮影写真をプレゼント!!

パリ・コレクションをはじめとするファッションショー、雑誌モデル、広告など多数の人材を輩出する都内モデルエージェンシー・株式会社クラージュがキッズ部門を新設。すでに活躍中のキッズたちに加え、多くの可能性を秘めた子供たちをさらに募集します。

● クラージュの仕事実績

[C F] バンダイ「アニメ:プリキュア編」、任天堂Wii Music、ハウス食品とんがりポテト、ディズニーシー、任天堂wiiマリオ8、日産セレナ、ユニク口、YAMAHA音楽教室、P&Gパンパース、ヤクルト、SONY、TOYOTA、ジョンソン&ジョンソン、ケロッグ、イソジン、全日空、日本航空、宝くじ協会、三井、ハーブキャンディー、ニベア花王84、NTT、DOCOMO、NEC、SONY PlayStation、国民年金、マクドナルド、森永製菓ハイチュー、三矢サイダー、カルビーカップシリアル、進研ゼミ、カネボウ、日興証券、ダイエットコーク、ダイハツ、コカコーラ、ケンタッキー、セルラー携帯、KDDI、リクルート、P&G、JRA、任天堂ゼルダの伝説、ミツカン酢、コジマ電気、大正製薬、セガ、JR東日本、TDK、カルビー、ファイザー製薬、DD
[ポスター] アディダス、三越、資生堂、JR東日本、東武百貨店、 松、エグザス、etc

応募要項

応募資格 0歳〜14歳、男・女

応募締切 第1回締切 10月15日(木) 第2回締切 10月30日(金)

※書類選考通過者は、こちらからご連絡いたします。
※地方からの応募も大歓迎です。
※応募書類は返却いたしません。

応募方法 郵送または、クラージュのホームページの応募フォーム、携帯メール(写メール)からお申し込みください。いずれも氏名・生年月日・保護者氏名・電話番号・携帯電話番号・住所を記載し、写真を1枚お送りください(ホームページ、携帯メールによる応募の場合は写真を添付してください)。

応募先はこちら

株式会社クラージュ 「キッズ C係」

※ホームページ、携帯メールによる応募の場合は、件名に「キッズ C係」と入れてください。

● **郵送の応募先**
〒150-0011 東京都渋谷区東3丁目16番5号
サンパーク恵比寿 203号

● **ホームページからの応募はこちら**
http://www.courage-models.co.jp/kids/

● **メールでの応募はこちら**
info@courage-models.co.jp

お問合せはこちらまで!! ☎ 03-5466-3173

www.shanghaidz.com
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

連載「わが家のごはん日記」が本になりました！
コモモデル33人の日々ごはん、ワザや知恵工夫、
泣ける話……ぎゅっとつまった1冊です。
『わが家のシアワセごはん日記。』発売中



Como Model



今月は

Yasuyo Shouji

庄子益代さん

2009年コモモデル。埼玉県出身・31才。4才の女の子のママ。「ごはんは味も大切ですが、見栄えも味のひとつ。なるべく彩りよく！を心がけています」。

自慢の料理から手抜きレシピの日までいろいろ！

コモモデルの わが家のごはん日記 5 days

「少食の娘にたくさん食べてもらいたい！」という思いから、できるだけ一緒にお料理しているという庄子さん。
自分で作った達成感からか、好き嫌いも減ってきたそうです♪

Wed 1 day【1日目】

朝



パン、目玉焼き、ウインナーなど

忙しい朝はワンプレート。幼稚園の行事で今朝は早かったので、用意が簡単で食べやすいものにしました！

昼



カツ丼、わかめととうふのみそ汁

私の実家はお肉屋さん。お惣菜のカツをゲットして、ランチはカツ丼にしました☆ シューマイも絶品なんですよ。



バルコニーで育てているピーマン。白い花が咲いて、だんだん実が大きくなって……愛着がわいたのかすんなり食べるようになりました。

夜



チャーハン、生ハムサラダ、みそ汁

チャーハンにはピーマンが入っているのですが、たいていの子どもはピーマンが苦手なもの……。わが家の克服法はこれ！

Thu 2 day【2日目】

朝



フォー、小松菜とささ身のあえ物

トムヤムクン味のフォーにみょうがと三つ葉を添えて。私は辛いものが大好き。娘のは辛さをおさえて作ります。

昼



ケララカレーライス、ポテトサラダ

さらに辛さを求めて!りんご、セロリ、しょうが、にんにく、玉ねぎ、トマト、にんじん、チキンをよ〜く煮るのがポイント。



イタリアンが好きなので、キッチンには使いやすいように調味料を配置。パスタはクリアケースに保存☆

夜



ピザ、パスタ、カルパッチョなど

帰宅が早いパパに、大好きなイタリア料理。ピザは生地から手作り。生ハムロールはチーズときゅうりに巻きました。

Fri 3 day【3日目】

朝



八穀米、豚のみそ漬け、卵焼きなど

今朝のごはんは小さな俵形。わが家特製のみそダレに2,3日漬け込んだ豚肉は、グリルで焼くと油が落ちてさっぱり。

昼



トマトのパスタ、なすのマリネサラダ

大学時代の友人とわが家でランチ。得意のパスタでおもてなし。暖かい日だったので、冷製パスタにしてみました。



おやつ

いただき物のケーキ。娘はチョコレートケーキに目がありません！ にこにこして、ぱくりっ。

夜



八穀米、刺し身、茶碗蒸し、みそ汁

娘はお刺し身が大好き。普段少食の娘もごはんをおかわり！ 茶碗蒸しにはほたてとえびを入れました。

Sat 4 day【4日目】

朝



雑炊、しば漬け、梅干し、フルーツ

鶏肉、わかめを和風だしで煮て、卵雑炊に。ブロッコリーの茎ときゅうりを漬けて作った、しば漬けを添えて。

昼



パパの実家でお食事会

家族のお祝い事が重なり、合同お祝い会を。ボリューム満点の義母の手作り料理に大満足！ とってもおいしかったです♥

夜



そうめん、モツ煮

昼、食べすぎたので軽めに。わが家では季節を問わずそうめんを食べます。梅干しをつゆに入れると美味！

Sun 5 day【5日目】

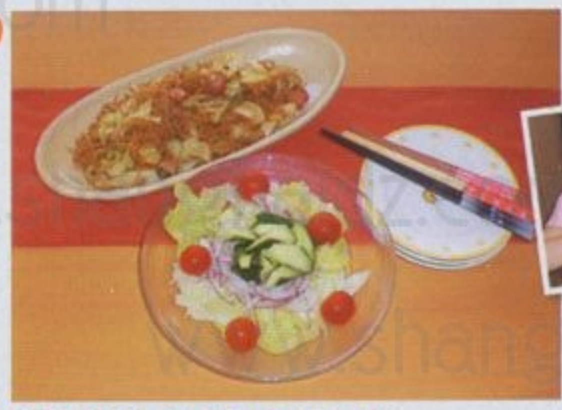
朝



ホットケーキ、バナナ

娘のリクエストで今朝はホットケーキ。生クリームとイチゴジャムをトッピング。カットしたバナナを添えて。

昼



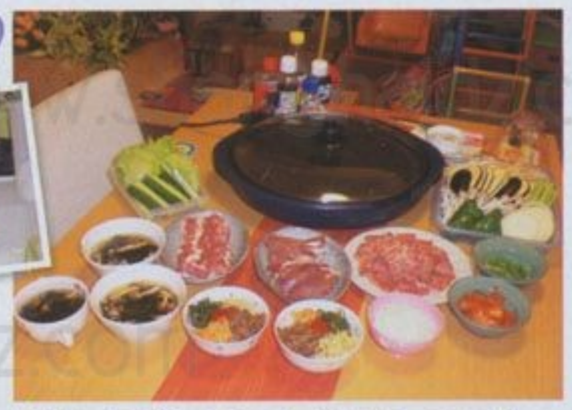
焼きそば、あるものサラダ

娘も一緒に作りやすいメニューということで、焼きそばを。サラダは冷蔵庫にあるもので簡単に作りました。



娘はお手伝いが大好き。週末のランチはいつも、娘と一緒に台所に立って作っています。

夜



焼肉、ビビンパ、スープ、キムチなど

明日からまた一週間がんばれるようにと、家族の好物・焼肉に☆わかめスープとビビンパ、ナムルは手作りです。

www.shanghaidz.com



LOVE❤LOVE
FILE. 35

大倉忠義

10月スタートのドラマ『ROMES／空港防御システム』に主演することが決定した大倉忠義。関ジャニ∞のメンバーとしても活躍中の彼が、芝居の楽しさや魅力について大いに語ってくれた。

撮影／菅野ぱんだ　スタイリング／平松正啓　ヘア&メイク／山﨑陽子　取材・文／佐久間裕子　撮影協力／AWABEES

●掲載協力店リストは179ページにあります。

蝴蝶网
hudie.com
www.shanghaidz.com

蝴蝶网
hudie.com

芝居をするのは楽しい。ドラマをやっている数カ月間は、一直線に芝居のことだけを考えることができる。その時間が僕にとって大切。そしてドラマの現場には、スタッフや周りのみなさんと一緒にひとつの物を作り上げているという空気がわかりやすく流れていて、そのチームの一員として自分も参加させていただいている。だから芝居が好きなんです。観てくださるかたには、作品を通して何らかの感情を抱いてくれたらうれしいですね。僕自身も昔から映画とかを通して、いろんな感情を体験してきたので、なによりも楽しんでほしいと思います。ハッピーエンドで幸せな気持ちになってもらえること、暗い内容だけどメッセージを感じとってもらえること、いろいろなパターンがありますよね。いろいろあるんだけど、観てよかったと思ってもらえることが、いちばんうれしいこと。

今でこそ芝居が好きって言えるようになりましたけど、実は最初、大嫌いでしたね（笑）。全然できなかったし、意味もわからずやっていましたから。今もできない部分はたくさんありますけど、だからこそ楽しくなってきました。『必殺仕事人』に出演していたとき、初めて「よい芝居をしたね」って言われたんです。それはすごく気持ちがいい瞬間だった。もっとこういう瞬間にめぐり会いたいって思ったんですよ。『必殺仕事人』は京都でベテランのスタッフさんに囲まれて、いろいろと勉強させていただきました。育てていただいたと思いますし、終わってから、早くまた芝居の現場に立ちたいなって思いました。

10月スタートのドラマ『ROMES／空港防御システム』は、そんな気持ちを抱えて収録に入りました。やりがいがあるし、もっと勉強できるチャンスと思っています。最初に主演が決まったって聞いたときは、また芝居ができることがうれしかった。芝居の課題は、やりながら見つけていくのかなって思っています。

今回は成嶋優弥という、空港の防御システムを考えた天才エンジニア役。すごく変わった部分がある役です。人を信じないというか、機械しか信じないような人間なので、普通じゃないってことを意識してやっています。普通じゃない部分は、ちょこちょこ表現しているつもりなので、そこはドラマを観て感じてほしい部分ですね。

役作りは髪を切ったぐらいです。今回は台本を読んだとき、役柄の外見的なイメージが浮かんだんですよ。台本を読んで、こう思いましたということを、監督さんやプロデューサーさんと話し合いました。そのとき、僕はストレートの茶髪。でも、成嶋はそうじゃないなと確信があった。多分、成嶋って無頓着で、僕の中ではピッチリしてないイメージだったんですよ。パーマをかけた理由もそこにあります。

撮影が始まる前に、役についていろいろ考えても、実際に撮影が始まると、どんどん変わっていくことが多い。現場に入って、周りの方に引き出してもらうことは、本当にたくさんありますね。最初に自分が考えていったことが変わることもあれば、監督さんが役柄をふくらましてくれることも。逆に「こうやっていいですか？」って、僕からアイデアを出すこともあるし。そうやって芝居を作り上げていく作業は、めちゃめちゃ楽しいです。

今回は関ジャニ∞のヤス（安田章大）も一緒だから心強い。ふたりで一緒に芝居をすることも多いし、パートナー的な存在になっていく役柄だから。ヤスとはもともと、仲間という関係性ができ上がっているからラクです。でも、今回は台詞が多いので苦労してますよ（笑）。こうやって取材をしていても考えちゃいますね。「今日は何時に取材が終わるだろう……。そこから台詞をどうやって覚えよう」とか（笑）。僕の台詞によって、ストーリーが展開する部分が多いですから、とにかく今はがむしゃらに頑張りたい。その一心で挑んでいます。

**監督や周りの人たちと
一緒に役柄を作っていく。
その作業はめちゃめちゃ
楽しいんですよ**



TADAYOSHI
OHKURA

おおくら・ただよし／1985年5月16日生まれ、大阪府出身。'04年8月「浪花いろは節」で、関ジャニ∞のメンバーとしてCDデビュー。俳優としても活躍中で「ヤスコとケンジ」「必殺仕事人2009」など人気ドラマに出演。10月15日には初の主演ドラマ、『ROMES／空港防御システム』がスタート。毎週木曜日20時からNHKで放送。

シャツ 12,600円／EDIFICE、ベルト 18,900円／William Wallace（以上エディフィス 渋谷） パンツ 23,100円／LORINZA（Waingman Wassa）

www.shanghaidz.com



VS 辛口アウター どっち？

に、ショッピングに、パパとのデートに…
要アイテム。早い人はすでに予約している、
選しました。さあ、乗り遅れないで!!

渡辺タエ　モデル／高村千歳、谷口美佳、西久保 愛、林 羽衣子（以上コモモデル）
ロイヤルガーデンカフェ　●掲載協力店リストは179ページにあります。

流行りもの大好き！

辛口派
妹ママ

「カジュアルダウン」を選ぶ！

きちんとめコンサバな

辛口派
姉ママ

「レザージャケット」を選ぶ！

すっきりシルエット&ビビッドカラーが人気

enraciné、ZAZIE
プレス
石川陽子さん

「二枚目のダウンとして欲しいと思わせる、デザイン性高めのものが今年は目立ちます。パープルやピンクなどの鮮やかカラー、水玉やチェックなどの柄アイテムは要注目です。また、もこもこしないすっきりダウンが女性には人気です！」

今年はやわらかな雰囲気のコンパクト丈が主流です

179/WG
プレス
團野 舞さん

「この冬はアンティーク加工やシワ加工など、ハードすぎないデザインのジャケットが多いですね。サイジングはコンパクトなものがトレンド。80'S風に柄ボトムを合わせたり、丈の短いボトム合わせでマニッシュに仕上げるのがオススメです！」

ショート丈ダウンならミニボトムもバランスよく着こなせる。トレンド感たっぷりのパープルも◎。●ダウンジャケット28,350円／DEPT WEST　ボーダーTシャツ3,990円／179/WG(ニコル)　コ[illegible]ュロイスカート17,850円／グラムス(ア[illegible]ラ)　ニットキャップ2,415円／URBAN RESEARCH DOORS ららぽーと[illegible]バッ[illegible]80円／ジャックゴム(HUMAN WOMAN)　ブーツ31,500円／FABIO R[illegible]CONI(URBAN RESEARCH 渋谷店)

やさしげなキャメルは、どんなインナー&ボトムとも色を合わせやすくて、レザーJK初心者ママにもオススメ。●レザージャケット44,100円、ネックレス(ショート)10,500円、(ロング)5,250円／以上HUMAN WOMAN　クレリックシャツ 5,800円／ベネトン(ベネトン ジャパン)　カーゴパンツ15,750円／RED SEAM(URBAN RESEARCH 渋谷店)　バッグ14,700円／フレンチ コネクション 表参道　パンプス22,050円／ギルドジャコモギャラリー オン ザ ウェーブ

蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com



秋冬のオシャレは
運命のアウター
探しから始まる！

甘口アウター あなたは

アウターを制する者が、冬を制す！——送り迎え
シーンを選ばず使えるアウターは、ママたちの最重
完売必至の要チェックアウターを、Comoが厳

撮影／青野 正（モデル）、坂田幸一（静物）　スタイリング／松木羊子　ヘア＆メイク／
撮影協力／オルネドフォイユ、Country Harvest、

正統派トラッドがお得意

甘口派
姉ママ

「クラシカルコート」を選ぶ！

ほっこりナチュラルな

甘口派
妹ママ

「ロングニット」を選ぶ！

ノーカラーコートが
イチオシです♥

HUMAN WOMAN
プレス
御旅屋敦子さん

「クラシカルコートの中でもっともオススメなのは、ノーカラーです。一枚で今年らしく着こなせ、特にハーフ丈ならボトムを選ばず使いやすいと思います！　ロールアップデニムにバレエシューズなど、カジュアルダウンしてもかわいいですよ」

エレガントさたっぷりのコートは、すそがしぼられたシルエットが個性的。首回りにファーやストールを巻くと、また違った雰囲気で楽しめる。●ノーカラーコート44,100円／dual industry　ボーダータートルニット6,510円／ドゥファミリィ　スカート10,395円／フレンチ コネクション　バッグ33,900円／Aleanco（ユニバーサルランゲージ渋谷店）　ブーツ31,500円／エーボンブ（モード・エ・ジャコモ）　タイツ／スタイリスト私物

ふんわりルーズな
シルエットがオススメ！

congés payés ADIEU TRISTESSE
プレス
工藤志穂子さん

「今年はやさしい印象のルーズなシルエットのものがたくさん出ています。重ね着などにも軽やかに女性らしく着こなせますよ♪　ワンピースにさらりと重ねて上品に、また、デニムやレギンスと合わせてカジュアルに、どちらもオススメです！」

ナチュっ子ママの王道を行くワンピ×ロングニットの重ね着。冬は着太りしないよう、ざっくりニットはウエストリボンつきをチョイス。濃色のネイビーを使ったワンピをインにして、すっきりと着こなして。●アランニットカーディガン7,245円／179/WG（ニコル）　チェックチュニック10,920円　congés payés ADIEU TRISTESSE　中に着たワンピース6,195円／SUPER HAKKA　バッグ10,290円／ADIEU TRISTESSE　ブーツ19,400円／Fin

辛口派姉ママ

「レザージャケット」はボトムを選ばぬショート丈で決まり！

清潔感と格の高さをたいせつにしたいサバ派のママたちは、コンパクトに着こなせるショート丈を選んで。着回しの幅も広がります！



シャープで知的！

[えりつき]

×サルエルパンツ

ゆったりボトムで余裕の漂うモノトーンスタイル

フェイクレザーながら破格のg.u.のライダース。ベージュならハードになりすぎずコーディネートにも使いやすい。春から[illegible]人気のグレーのサ[illegible]エルを[illegible] [illegible]ーライダースジャケット[illegible]90円／[illegible] カットソー[illegible]550円／ブリジット バッグ11,550円／スタイルコム[illegible]上東京[illegible] パンツ18,900円／dual industry ネックレス18,900円／un plus un by KaiLani パンプス13,440円／Fin

×ワンピース

リッチに着こなすなら同系色のワンピをインに

暗い色のアウターを合わせると地味になりすぎるニットワンピも、ライダースならスタイリッシュ！●ライダースジャケットは左と同じ。ニットワンピース9,345円／ZAMPA ストール9,240円／Raj(un plus un by KaiLani) バッグ5,040円／エル プラネット(イトキン) ブーツ30,450円／クッコ ディ マル(ギルドジャコモギャラリー オン ザ ウェーブ)



上品で大人めな

[ノーカラー]

×デニム

デニム合わせなら大人のカジュアルが完成

インナーとボトムをパーカと色落ちデニムにかえれば、リラックス感あふれる休日カジュアルに変身。●レザージャケットは右と同じ。パーカ17,850円／エミスフェール 玉川店 デニム26,250円／サキュウ(タンデム) ニットキャップ5,145円／ニーム 代官山店 バッグ12,600円／BORN(OLD BETTY'S) 靴14,700円／Fin

×ひざ丈スカート

渋めブラウンに鮮やかパープルが好相性

ジップ&Vネックのジャケットは、ユニセックスに着られる一枚。ストールを巻いてひざ丈スカートを合わせれば、エレガントさ満点！●レザージャケット56,700円／congés payés ADIEU TRISTESSE タートルニット2,990円／UNIQLO スカート14,700円／ハリス ストール30,450円／ロザムンダ、バッグ40,950円／アプリル ガウ(以上ハリス) ネックレス2,940円／エル プラネット(イトキン) ブーツ35,700円／ADIEU TRISTESSE

蝴蝶网 hudie.com

コレもオススメ！



レザーの上質さを生かした正統派

ライダース本来のハードなデザインながら、七分そでがレディなアクセントに。質の高さが一目でわかる、やわらかい羊革を使用したジャケットです。●40,950円／イデアル・ロートレアモン



カジュアルに着られるブルゾン

ポケットとジップをふんだんに使った、メンズライクなフェイクレザーブルゾン。薄いグレーなので、重めカラーのボトムでバランスよく着こなしたい。●9,345円／179/WG(ニコル)



ゴージャスなファーえりに注目！

取りはずしできるファーえりがかわいいフェイクレザーのブルゾン。首回りにボリュームがあるので、ひざ丈スカートやクロップトなど軽快なボトム合わせがオススメです。●7,900円／アンラシーネ

コレもオススメ！



ロックテイストをひとさじ

アシメトリーなデザインがロック風味なジャケット。丈がかなり短くコンパクト、かつ薄くてタイトなので、着やせ度もバッチリ！ フェイクレザー。●9,345円／179/WG(ニコル)



細かいデザインがオシャレ度120%

パンチングやすそギャザー、七分そでにニュアンスのあるグレーと、一見シンプルながら実は相当凝ったデザイン。人とは違うアイテムをお探しのママに。●37,800円／グラムス(アバラ)



甘めディテールでキュートになれる

辛口派だけではなく、甘めママも着やすい、かわいいボタンやステッチがGOOD。フェイクレザーとは思えぬ本革さながらのしっとりとした肌ざわりに驚きです！●8,610円／ヴェールダンス

蝴蝶网 hudie.com

辛口派妹ママ

「カジュアルダウン」はリアルorリーズナブルで選ぶ！

今年のダウンは質を重視？　手頃さで選ぶ？　それとも双方兼ね備えた欲張りダウンにする？　充実のラインナップでご紹介！



So Cute!な旬のチェック柄

●中綿ダウンジャケット／ウェールダンス　ヘンリーネックシャツ4900円／コムサイズム(ファイブフォックス)　デニムショートパンツ2万3100円／サキュウ(タンデム)　ニットキャップ3990円　DEPT WEST　バッグ6195円／ラバーソウルサック(ピバ・サーガス)　ブーツ3万5700円／ショセ(HUMAN WOMAN)　タイツ／スタイリスト私物



こっくりキャメル&コンパクト丈

デニムとも相性バツグンのキャメルは、今年狙いたいカラーの一つ。大きめえりでカジュアルになりすぎずに着られるのもポイント。中綿ダウン。●FLASH REPORT 渋谷店



ガーリーテイストなドット柄に注目

ブルー地のカジュアルダウンに、甘めのドットをMIXした珍しい一枚。ママ友から「それかわいい！」とほめられることまちがいなしです!! ●ROXY(クイックシルバー・ジャパン)



3WAYで使える実用派ダウン

ファーやフードが取りはずせるのはもちろん、裏にしてリバーシブルに(裏は光沢のないカーキ)、またそでをはずしてベストとしても使えます！●18,800円／FLASH REPORT 渋谷店



やさしい印象のタッセルつき

リアルダウンながら、おサイフにうれしいこの価格。ダッフルと同じ感覚で着られるので、コーデュロイパンツやニットスカートなど、ちょい甘ボトムとも合わせやすい。グレーやベージュと相性のいいブルーグリーンは、ママにオススメのカラー。●ダウンジャケット／アンラシーネ　帽子5250円／グレンプリンス(HUMAN WOMAN)



無地感覚で使えるグレーのチェック

ネル地×細かいグレーのチェックとたっぷりのファーに心くすぐられる一枚。本格派ダウンだから防寒性がかなり高く、真冬も大活躍してくれます。ファー、フード取りはずし可。●26,000円／Gap原宿



超お値打ちなリアルダウン

一枚は持っていたい、トレンドのパープル。光沢のあるタイプはより若々しく洗練の印象。この企画内のリアルダウンの中では最安値の6,900円！ファー、フード取りはずし可。●e.a.p



基本の黒はプチプライスで

やっぱりg.u.はスゴイ！と思わせる、Under3,000円の中綿ダウン。シンプルデザイン&ローボリュームなので、コーディネートにも投入しやすい。フードの取りはずし可。●g.u.



目を引くフューシャピンクで華やかに

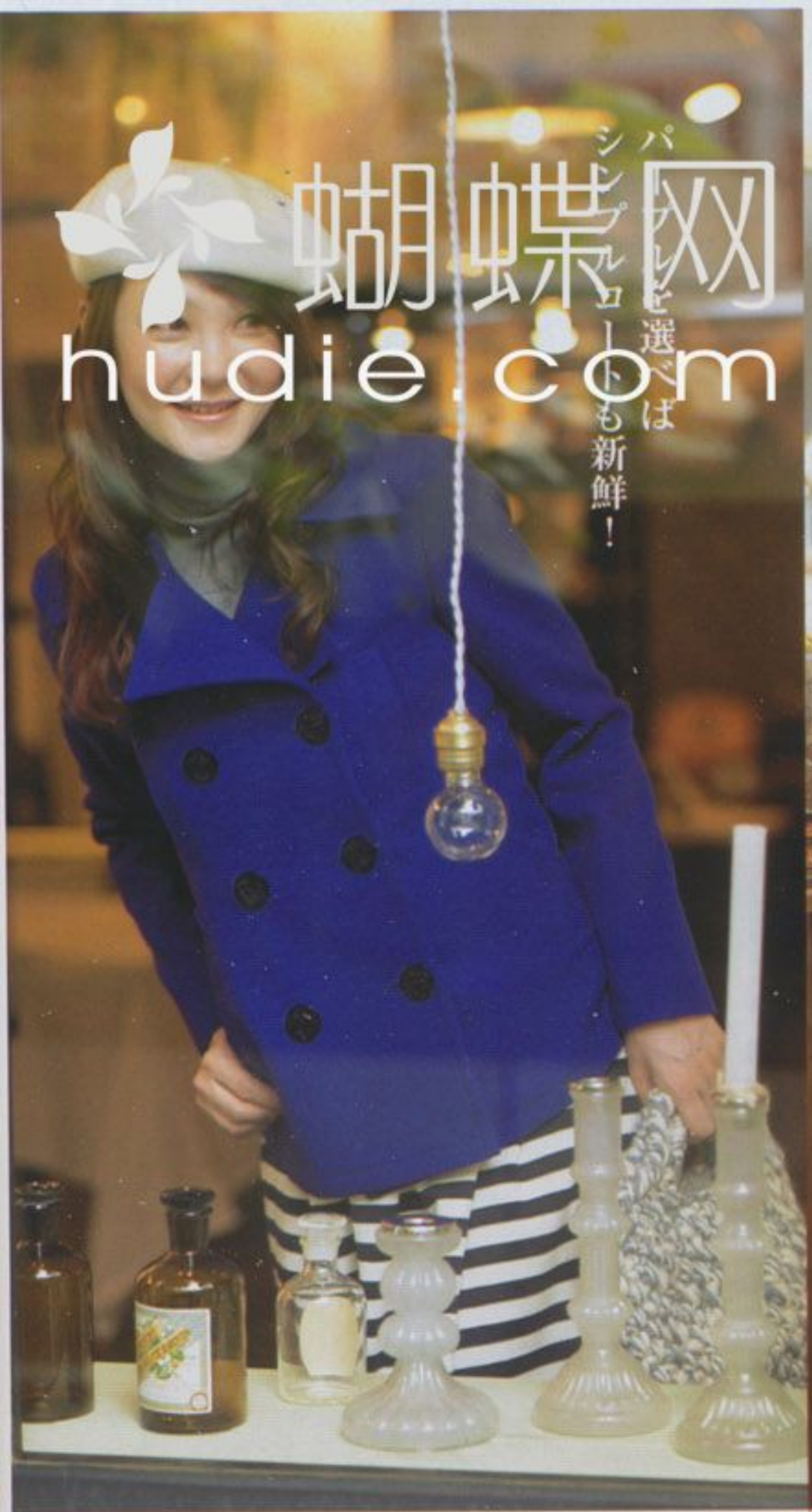
●ダウンジャケット(12月入荷予定)／ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング ラゾーナ川崎プラザ店　Tシャツ3900円／ベネトン(ベネトン ジャパン)　デニムスカート3990円／エル プラネット(イトキン)　ネックレス1980円／コムサイズム(ファイブフォックス)　バッグ9240円／アトリエ デ エフ・アール・エル

甘口派姉ママ

「クラシカルコート」今年のトレンドはこの3タイプ

トラッド大好きなママに欠かせないクラシカルコート。今年もシーンを選ばず活躍してくれそうな正統派が勢ぞろい！

どんなボトムもOK！ [タイトめピーコート]



蝴蝶网 hudie.com

デザインはベーシックながら、華やぎカラーでほかのママとは一線を画すピーコート。ベレー帽&ボーダーを合わせればフレンチガーリーな着こなしが完成。●ピーコート19,800円／Gap原宿　タートルニット11,900円／ユニバーサルランゲージ渋谷店　ボーダースカート12,390円／ニーム 代官山店　ベレー帽1,000円／UNIQLO　バッグ13,650円／Bertini(URBAN RESEARCH 渋谷店)

コレもオススメ！



秋から使えるスエットコート

伸縮性のあるスエット地で、着やすく、自宅洗いもOK。ほどよいきちんと感が、公園カジュアルを格上げしてくれそう。リーズナブルだから、こんな色を選んで冒険しても。●3,990円／UNIQLO



ジャケット感覚で着られるショート丈

ハリのある厚地素材で、防寒性もバッチリ。ウエストベルトなどディテールにもこだわりが。ミニボトムにも合わせやすいショート丈。●23,000円／ベネトン(ベネトン ジャパン)

エレガントさきわ立つ [ノーカラー]



ゴールドっぽいベージュは、上質感たっぷり。丈が短めなので、ジャケット感覚ではおれます。ファーをあしらってゴージャスに！●ノーカラーコート42,000円、Vネックワンピース27,300円／以上ファビアン ルー新宿店　タートルカットソー 1,980円／コムサイズム(ファイブフォックス)　ファーマフラー 2,625円／ 179/WG(ニコル)　バッグ16,800円／ ADIEU TRISTESSE　ブーツ27,090円／ Fin　タイツ／スタイリスト私物

コレもオススメ！



ブルーボーダーがさわやか

グレー×ボーダーのブルーが最高にかわいいノーカラーコート。白マフラーなどで甘いアレンジを効かせて着こなしたい！味のあるボタンづかいもLOVEです。●44,100円／ハリス



やわらか素材で着ていてラクチン♪

エポレットつきのちょっぴりミリタリーテイストなデザイン。ジャージに近い素材感が新鮮です。●17,850円／ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング ラゾーナ川崎プラザ店

端正な表情になれる [チェック]



チェックはこの冬のアウターの最注目トレンド。レザーグローブづかいで、色落ちデニムをランクUPして。●チェックコート34,650円／フレンチコネクション　デニム14,700円／ QL155LMD/クィーンズロー（ボブソン）　グローブ11,000円／ベネトン(ベネトン ジャパン)　バングル(ブラック)8,190円、(クリア)12,600円／以上ネイリング(バウハウス)　バッグ15,750円／ En Shallah(URBAN RESEARCH ROSSO京都店)

コレもオススメ！



マリンテイストなカラーがCute♥

スタンドカラーなのできちんとした印象。白ボタンとふわっとした素材感が懐かしい。これさえはおれば、どんなボトムも即マリンスタイルに変身！●45,150円／NEW YORKER



チェックの王道！ブラックウォッチ

細身ラインで隠しボタンなので、すっきりと着られるタイプ。控えめチェックのブラックウォッチだから、無地感覚で使えそう。白ふわスカートがお似合い♥●44,100円／ファビアン ルー新宿店

甘口派
妹ママ

「ロングニット」着やせできるのはこの3タイプ

ナチュラル好きママに必須のロングニットは、着太りするのが悩みのタネ。ぽっちゃりママも着られるうれしいアイテムだけ集めました。

Aラインでキュートに♥

[ショールカーデ]



チェックワンピとブーツの黒がコーデを引き締めて、より着やせ度がUP！●カーディガン9,800円／Gap原宿　チェックワンピース7,980円／ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング ラゾーナ川崎プラザ店　インに着たノースリーブワンピース8,610円／congés payés ADIEU TRISTESSE　ブーツ22,050円／ディーダッシュ（ジャコモ・リュクス）　バッグ10,290円／ランズエンド(日本ランズエンド)

コレも
オススメ！



**ゆる～く着たい
丈＆そで長めタイプ**

定番カラー・グレーのケーブル編みニット。この冬は流行りの「森ガール」のような、ロングスカートを合わせたゆるめナチュカジが気分です。ピンつき●6,195円／179/WG(ニコル)



**モヘア混で
ほっこり気分♪**

深い[illegible]ドーがノスタルジックな[illegible]ヘア混ふわふわニッ[illegible]。ボタン[illegible]ついて[illegible]な[illegible]で、気[illegible]おれ[illegible]、カー[illegible]ベージュボ[illegible]ベスト[illegible]チです！●9,[illegible]円／ZAMPA

縦長Iラインですっきり

[薄手ハイゲージ]



薄手のロングニットはオールシーズン使えるお役立ちアイテム。寒い季節だからこそビビッドカラーを選んで顔回りを明るく！ ●カーディガン3,900円／アンラシーネ　キャミソールつきカットソー 12,600円／リューデ ベー　ハーフパンツ18,900円／サキュウ(タンデム)　ストール4,095円／179/WG(ニコル)　バッグ9,975円／ SUPER HAKKA　ブーツ12,600円／ congés payés ADIEU TRISTESSE

コレも
オススメ！



**スポーティにも
着られるフードつき**

カジュアル度高めなフードつきのパーカタイプは、運動会や遠足でも活躍してくれます。さりげなくくったウエストのしぼりで、スタイルUP効果も期待できそう！●24,150円／ NEW YORKER



**着回し力バツグンの
チャコールグレー**

どんな色のボトムを合わせてもオシャレに見える、頼れるカラーのグレー。シンプルデザインなので、大判ストールでアレンジして着るのもオススメ。●14,700円／ C.T.プラージュ

ウエストマークでXラインに！

[ベルトつきローゲージ]



一枚は持っていたい白は、もっとも膨張しやすい色。ウエストベルトで腰回りをマークして、インに濃い色のアイテムを合わせることが、着やせのポイント。ガーリーなコーデでママ友からも愛されそう！●ケーブル編みカーディガン12,390円／ニーム 代官山店　プリントワンピース20,600円／ユニバーサルランゲージ渋谷店　バッグ16,800円／ congés payés ADIEU TRISTESSE　タイツ／スタイリスト私物

コレも
オススメ！



**長め丈なのに
値段はプチプラ！**

ベルトつきでロング丈ながら、g.u.らしいプチプライス。温かな印象のモスグリーンはブラウンや紺のボトムを合わせて。長め丈ワンピとのレイヤードにもピッタリです。●2,490円／ g.u.



**大きめえりが
クラシカル**

モヘア混のざっくりカーディガンは、もちろんウエストベルトつき。ショールカラーをきわ立たせるため、白タートルなどを入れるとなおかわいく♪●9,900円／ベネトン(ベネトン ジャパン)

hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

レイヤードScoop!!

Kids' Boutique

Part 01

Kids' Boutique

注目6大ブランドから到着

最旬レイヤードstyle!

今季も目が離せない大人気ブランドが提案する、レイヤードスタイルが大集合。売り切れ必至のアイテムが勢ぞろい。急いでSHOPへGO!!



ババ&ママにもファン多し!

GapKids '09 Scoop!

ブランド設立40周年を迎え、例年以上の盛り上がりを見せる「Gap」。キッズライン「GapKids」は、アメカジ×トレンドMIXに注目

賃アメカジを目指すならココ!

BAPE KIDS® by a bathing ape® '09 Scoop!

BATHING APE®」のウエアをサイズダウンさせたテムがフルラインナップでそろうから、でのコーディネートも楽しめる!
パーカ&スニーカーはすでに話題沸騰中!

ワンランク上のROCKスタイルがかなう

HYSTERIC MINI '09 Scoop!

ここでしか手に入らない、アート&デザイン性の高い独自のコンセプトをもった「HYSTERIC MINI」。今季はゴアTEXなどの機能素材を使用した、ロック・ミリタリー・アウトドアなスタイルを提案

ビビッドな色づかいがパーフェクト! ほどよく力の抜けたゆるめなアメカジスタイル。●パーカ14,490円(90~130cm)、デニム16,590円(100~130cm)、ボーダーTシャツ6,090円、中に着たロンT5,460円(ともに90~130cm)、帽子4,725円、スニーカー8,190円(13~21cm)/BAPE KIDS® by a bathing ape®(BAPE KIDS® HARAJUKU

ふんわりチュニックはタイトなデニムで引きしめ。フォークロアなロングカーデをラフにはおってトレンドを意識。モコモコブーツもアクセントに。●ロングカーディガン6,800円、チュニック5,800円、リブタートル3,800円、デニム5,800円(すべて110~160cm)、ブーツ5,900円(16~24cm)、帽子2,400円(52~54cm)/以上GapKids原宿

ベストとパーカ、ライトなアウターを重ねた斬新なレイヤードスタイル。プリントTシャツや柄パンツで、スパイシーなコーデにポップなアイテムをMIX!●ボアベスト15,540円~、ライダースパーカ15,540円~、Tシャツ7,245円~(すべて80~140cm)、パンツ16,590円~(95~140cm)、靴15,540円(19~21cm)/以上HYSTERIC MINI

重ねて楽しい、季節の到来。

'09Kidsの最新秋冬

秋冬ならではの楽しみといえば「レイヤード」！　おしゃれなのはもちろん、簡単に温度調整ができるのもキッズにとってうれしいポイント。人気ブランドの最新スタイルから、今季注目のテイスト別コーディネートなど、キッズのレイヤード情報をたっぷりとお届けします！

撮影／今城 純(D-CORD ／モデル)　坂田幸一(静物)　スタイリング／濱本亜理奈　ヘア＆メイク／草場妙子　モデル／伊藤 翼、遠藤ブライアン、バーンズ エマ、ブラトン瑠花、森 英里沙・慈英、レイ笑音　撮影協力／AWABEES、PROPS NOW、YC & AC　●掲載協力店リストは179ページにあります。

デザイン、プライス…すべてがパーフェクト！

H&M　'09 Scoop!

最先端のファッションを驚きプライスで提供してくれる「H&M」。
キッズラインはクオリティと安全性を最優先し、なおかつファッショナブル！

オリジナリティがキラリと光る

ムチャチャ　'09 Scoop!

オリジナルのテキスタイルや刺しゅうなど、あたたかみのある「ムチャチャ」。
斬新なのにどこか懐かしさただようラインナップに今季も夢中！

ポップなカラーリングに夢中★

X-girl Stages　'09 Scoop!

毎シーズン、グッとくる新鮮スタイルを発信し続ける「X-girl Stages」。
今季は暗くなりがちな秋冬コーデを盛り上げる、カラフルなアイテムが大充実！



ロマンチックな柄ワンピをスパイシーなブルゾンでクールダウン。ちらりとのぞくデニムベストが絶妙。●ブルゾン5,490円、ワンピース3,490円(86～128cm)　ベスト2,490円、タイツ1,490円(ともに86～164cm)／以上H & M（H & M Hennes & Mauritz Japan）※キッズラインは「YOKOHAMA」「SHIN-MISATO」のみで展開(10/1現在)。ブーツ8,190円～（17～24cm)／ポプキンズ(マストプラニング)

大胆なアニマル柄のトリプルレイヤードにくぎづけ！　みんなといっしょのファッションには退屈しちゃう、こだわり派キッズにぜひおすすめしたいコーディネート。●ダウンジャケット20,475円～、ワンピース7,875円～、レギンス6,510円～（すべて90～165cm)、靴13,650円(15～25cm)／以上ムチャチャ（あちゃちゅむ）

重ねるごとに元気になれる、ビビッドなアウターレイヤード！　ボトムスはデニムでシンプルに仕上げるのがミソ。●ベスト11,340円～、ボーダーニット9,240円～、ロンT5,040円～、デニム7,140円～（すべて80～120cm）／以上X-girl Stages（X-girl Stages AOYAMA）　スニーカー5,145円(15～20cm）／コンバース(ストンプ・スタンプ)

蝴蝶网
hudie.com



寒い日も元気いっぱいの
アクティブキッズの大定番！

Sports!

いっぱい重ねても動きやすいスポーツスタイルはキッズの強い味方！
元気なカラーでレイヤードを楽しもう♪

蝴蝶网 hudie.com

トップス&ボトムスのWレイヤード★

…ッシュなミントグリーンのベストをON！ ●ダウンベスト15,750円(4〜8才)／patagonia カットソー…,880円(2〜6才)／mini rodini (以上ストンプ・スタンプ) レギンスつきデニム7,665円〜(100〜…0cm)／ハッカキッズ(ハッカ) イヤーウォーマー…00円／GapKids原宿 ブーツ／スタイリスト私物

Part 02

Kids' Boutique

定番4テイスト別

レイヤードcollection!

特に今季注目を集める「スポーツ」「ポップ」「ナチュラル」「モード」のレイヤードスタイルを、トータルコーディネートでお届け!

"Sports" layered look

Girls



…ボアベストが主役のガーリースポーツ！

…ニムスカート×カットソーのシンプルコンビも、モコモコボアを重ねて可愛さアップ！ ●ボアベスト11,34…〜(80〜120cm)／X-girl Stages(X-girl Stages …YAMA) 長袖Tシャツ5,985円(80〜140cm)／…ONY-BABY&KIDS(IRONY LAFORET HARAJUK…) スカート9,345円(110〜150cm)／アースマジ…ク(リトルアンデルセン) レギンス1,995円(85〜…0cm)／FOTO/fotoist(ティンカーベル)

Boys



上品さがただよう大人顔レイヤード

エンブレムが輝くラガーシャツ×オーソドックスなチェックシャツで、品のあるスポーツスタイルの完成。スポーツとトラッドがMIXしたトップスレイヤードを、あえてルーズなデニムではずせば、今秋のオシャレ上級者に決定！ ●ラガーシャツ10,500円、チェックシャツ10,500円(ともに90〜130cm)、デニム10,500円(100〜130cm)／以上ラルフ ローレン インファント&トドラー(ポロ ラルフ ローレン)

Girls



ネオンカラーのパーカで元気に！

インパクト大のTシャツにかすれプリントのハデ色パーカをさっとはおれば、気分はストリートダンサー!? 今季も注目のサロペットをとり入れて、トレンドも意識したパーフェクトなスポーツテイストなレイヤード。●パーカ22,890円、中に着た長袖Tシャツ7,245円、サロペット18,690円(すべて95〜140cm)／以上DIESEL KIDS (DIESEL KIDS イクスピアリ) バッグ6,195円／アースマジック(リトルアンデルセン)

Boys



チェックが効いたサーファールック

プレーンなトレーナーからチェックをのぞかせて、トップスレイヤードを楽しんで。ちょっぴりナマイキなサーファースタイルのでき上がり。●半袖トレーナー3,990円(85〜130cm)／putiton シャツ3,465円(90〜130cm)／Lee (ストンプ・スタンプ) パンツ8,820円〜 (86〜126cm)／PETIT BATEAU (プチバトーブティック表参道店) ニット帽5,145円(50・54cm)／DIESEL KIDS (DIESEL KIDS イクスピアリ)

www.shanghaidz.com



(右)ストライプシャツにボーダーTシャツと、柄ON柄の上級テク。うまくマッチする同系色のアイテムをチョイスするのがポイント。ボトムスはシンプルにデニムできめてバランスをとって。●ボーダーTシャツ4,410円(90～100cm)／プランクナッツ(ストンプ・スタンプ)　シャツ13,440円、デニム20,790円(ともに95～140cm)／以上DIESEL KIDS(DIESEL KIDS イクスピアリ)　靴／スタイリスト私物

(左)アニマル柄スパッツにニットパンツをON。ボリュームのあるボアブーツを合わせれば、さらにチャーミングな足元に。その分トップスはシンプルに重ねるのが好バランス。●ロゴTシャツ5,250円、リブタートル7,350円(ともに90～120cm)、レギンス5,250円(90～120cm)／Little deicy　ニットパンツ10,500円(90～120cm)／Little me couture　靴6,090円(14～18cm)／sutevis(以上Sweet Room 表参道店)

ストライプ×ボーダーの新感覚レイヤード！

パンチの効いた柄スパッツがアクセント★

大胆な重ねワザはまさにキッズの特権★

Pop!

柄ON柄、[illegible]色MIX……NOルールなポップ[illegible]！ 重ねるほどに気分があがる見た目に楽しいコーディネートがお約束。

蝴蝶网 hudie.com

"Pop" layered look



Girls

ユニークTシャツでロックMIX！

たっぷりフリルのスカートには、ラメタイツ＆あったかレッグウォーマーで足元にもボリュームを。トップスは1枚なのに重ね着に見える、フェイクレイヤードTシャツで。●重ね着風カットソー6,300円、スカート13,650円(ともに90～120cm)／以上Little deicy (Sweet Room 表参道店)　ベレー帽4,935円(S～L)、タイツ3,150円(M～LL)、レッグウォーマー2,300円(S～L)／以上アースマジック(リトルアンデルセン)



Boys

プリントシャツで遊びゴコロをプラス

チラリとのぞくポップテイストな星柄シャツが、ニットパーカと好相性！ オーソドックスなオーバーオールがさらに可愛さを引き立てます。●ニットパーカ14,490円～、星柄シャツ9,765円～ (ともに94～126cm)／以上PETIT BATEAU (プチバトーブティック表参道店)　サロペット4,830円(80～110cm)／Lee (ストンプ・スタンプ)　帽子7,875円(S・M)／WOWO (LE WATOSA+notsobig 東京ミッドタウン)



Girls

ボアベストで仕上げるガーリーポップ！

柄パーカONボアベストの新鮮レイヤード！ ●ベスト10,500円(95cm)／WOWO (LE WATOSA+notsobig 東京ミッドタウン)　パーカ8,190円(90～140cm)、長袖Tシャツ5,985円(80～140cm)／以上IRONY-BABY&KIDS (IRONY LAFORET HARAJUKU)　スカート5,145円(80～130cm)／Lee (ストンプ・スタンプ)　帽子4,515円(S～L)／アースマジック(リトルアンデルセン)　レギンス3,360円(70～130cm)／ストンプ・スタンプ



Boys

インパクトパーカにはボーダーインナーが

メタリックなロゴが光るパーカが主役。さらにボーダーTシャツをのぞかせて、とことん目立って！ ボトムスはシンプルにデニムで。ロールアップして軽やかにきめて。●ブルゾン16,590円(95～140cm)／DIESEL KIDS (DIESEL KIDS イクスピアリ)　Tシャツ6,090円(90～130cm)／BAPE KIDS® by a bathing ape® (BAPE KIDS® HARAJUKU)　デニム4,800円(80～110cm)／GapKids原宿

www.shanghaidz.com



大人顔負けの
ハイレベルなワザが光る

Mode!

シンプルななかにこだわりの光るモードレイヤード。トレンドアイテムを投入して、パパ＆ママもうらやむ大人っぽい着こなしをめざそう。

おりこうレイヤードは
ボトムスで"はずし"！

シャツONベストの優等生スタイルを、はんぱ丈パンツではずしたワザありテク。ドット柄ネクタイで、遊び心をプラス。●ベスト12,600円(2〜12才)／aymara シャツ7,665円(2〜12才)／AcanB traveling alone パンツ8,820円(2〜10才)／thoth 靴7,140円(16〜22cm)／AcanB products ネクタイ7,140円／AcanB made in italy (以上AcanB)

フラワープリントを引き立てる
アースカラーでMIX！

蝴蝶网
nude.com

やさしい気持ちになれる
ほんわかアイテムをチョイス

Natural!

色づかい、素材にとことんこだわるのが、ナチュラルレイヤードを楽しむ秘訣。秋冬ならではのほっこりとした雰囲気をキープして。

プリントものは1点にしぼり、あとはベーシックカラーで仕上げるのがカギ。足元はニットレギンスで寒い日もあったか。●花柄ブラウス7,665円〜、ハイネック4,935円〜（ともに100〜160cm）／以上ハッカキッズ(ハッカ) スカート6,720円(2〜6才)／Troi Zenfants（ストンプ・スタンプ） レギンス3,675円〜(80〜140cm)／ティンカーベル ブーツ6,090円〜(13〜24cm)／ポプキンズ(マストブラニング)

"Mode" layered look

Girls



Boys



クール MIX で気分は海外セレブ！？

ライダースでクールに。●ジャケット39,900円(105・120cm)、バッグ9,975円／以上Little deicy Tシャツ6,090円(90〜120cm)／Little me couture (以上Sweet Room 表参道店) ハイネック3,990円(100〜160cm)／アースマジック(リトルアンデルセン) スカート9,240円(100〜130cm)／BAPE KIDS® by a bathing ape®(BAPE KIDS® HARAJUKU) レギンス6,195円(95〜140cm)／DIESEL KIDS(DIESEL KIDS イクスピアリ)

パーフェクトな上質レイヤード！

色みをおさえ、思わずパパ顔負けの大人なスタイルの完成。カットソーとブルゾンの間にベストをチラリとのぞかせた、最高にクールなトリプルレイヤード！ ウォッシュ加工の立体デニムを合わせれば、ほどよく力の抜けた洗練モードのでき上がり。●フェイクレザーブルゾン4,990円、ベスト1,990円、ボーダーカットソー1,490円、デニム3,490円(すべて86〜164cm)／以上H & M (H & M Hennes & Mauritz Japan)

"Natural" layered look

Girls



Boys



ミニ丈ベストでほどよく引きしめ！

全身ゆったりシルエットのコーディネートにコンパクトなベストをプラスして、シルエットにメリハリを。●ベスト9,870円〜(94〜126cm)／PETIT BATEAU(プチバトーブティック表参道店) ブラウス4,095円〜(80〜140cm)、リブタートル3,465円〜(90〜140cm)、パンツ3,675円〜(90〜130cm)／以上FOTO/fotoist(ティンカーベル) タイツ2,310円(90〜130cm)／ポプキンズ(マストブラニング)

ボアつきグッズでリラックス♪

ベスト＆パンツにあしわれたボアでリンクされたコーディネートは、これからの寒いシーズンにぴったり。男の子のボトムスレイヤードは、ハーフパンツ×レギンスが断然おすすめです。●ベスト5,985円(100〜160cm)、帽子3,990円(M〜L)／以上ハッカキッズ(ハッカ) タートル3,990円〜、パンツ4,830円〜(ともに85〜130cm)／以上putiton レギンス3,990円〜(80〜160cm)／bricbrac (AcanB)

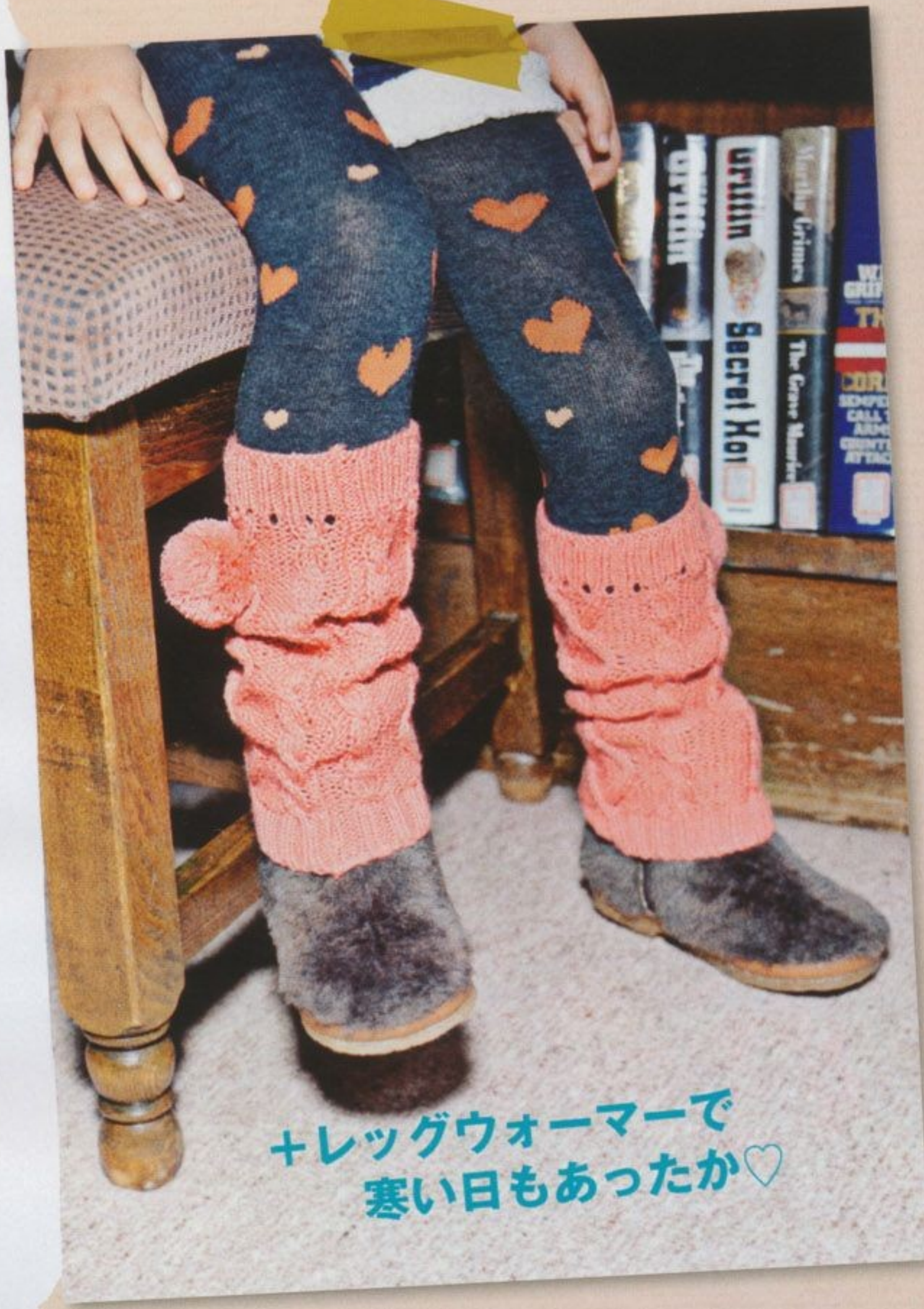
www.shanghaidz.com

Kids' Boutique

Kidsのイマドキレイヤード事情

Part 03

おしゃれに見えて、さらに温度調整も楽ちんなレイヤード。そんなスタイルに便利なアイテムやトレンドキーワードまで、たっぷりとご紹介します！



ロマンチックなハート柄タイツには、ざっくり編みのレッグウォーマーがぴったり。見た目にキュートなのはもちろん、防寒対策もバッチリです★●タイツ2,980円(S～L)／ハッカキッズ(ハッカ)　レッグウォーマー4,095円、ブーツ6,090円(13～24cm)／以上ボブキンズ(マストプラニング)　カットソー3,990円～(85～130cm)／putiton　パンツ3,780円(80～130cm)／Lee（ストンプ・スタンプ）

Kids' Boutique '09 Autumn NEWS 1

レッグウエアが大充実★ "足元レイヤード"ブーム到来！

'09 Scoop!

タイツONレッグウォーマーなど、ボリュームのある足元づくりに注目。豊富なラインナップでレッグウエアが続々登場！



カジュアルスタイルにマッチするコットン。はき心地のよさもうれしいポイント。●レギンス3,990円(85～130cm)／putiton



カラフルなノルディック柄はほどよいアクセントにも一役。●レギンス3,675円～(S・M)／X-girl Stages (X-girl Stages AOYAMA)



デニスカに合わせたい、元気なボーダー柄。●タイツ5,145円～(11～21.5cm)／DIESEL KIDS (DIESEL KIDS イクスピアリ)



オーソドックスなアーガイル柄。一つはほしい定番タイツ。●タイツ2,100円(90～130cm)／ボブキンズ(マストプラニング)



こんなやさしいパステルカラーなら、春先まで重宝しそう。●レッグウォーマー2,415円(S・M)／FOTO/fotoist(ティンカーベル)



ユニークなデザインで、愛きょうたっぷりの足元に！●レッグウォーマー4,095円／DIESEL KIDS(DIESEL KIDS イクスピアリ)



スカートと相性バツグン。ブランドロゴにも注目。●レッグウォーマー3,465円(S～L)／アースマジック(リトルアンデルセン)



ナチュラルスタイルはもちろん、アウトドア系ファッションにもベストマッチ。●レッグウォーマー2,520円(S・M)／putiton

Kids' Boutique '09 Autumn NEWS 3

1枚なのにおしゃれにキマる！ "フェイクレイヤード"に注目！

'09 Scoop!

1枚なのにレイヤードしているかのような、重ね着風アイテムが大ブーム。コーディネートに悩む日は、これ1枚でGO!



「バットマン」プリントで気分はヒーロー！古着っぽい風合いも◎。●Tシャツ2,415円(80～120cm)／ストンプ・スタンプ



おなじみのコミカルなキャラクターがごじまん♪●Tシャツ5,775円(80～120cm)／X-girl Stages (X-girl Stages AOYAMA)



レギンスとレッグウォーマーのセット。取りはずし可能な便利設計。●レギンス4,410円(90～140cm)／ティンカーベル



すそにレースのあしらいが。ワンピを2枚重ねしたようなデザイン。●ワンピース6,930円(100～160cm)／ハッカキッズ(ハッカ)

Kids' Boutique '09 Autumn NEWS 2

着脱ラクラク♪ 初冬に便利なのは"ポンチョ"！

'09 Scoop!

すっぽりはおるだけでOKのポンチョは、室内外の温度調整にも便利。重ねるだけでおしゃれに見える、優秀アイテムです♪



ボタンやフードなど、機能面もしっかりカバー。うさぎのワッペンつき。●ポンチョ7,980円(90～130cm)／ティンカーベル



キラキラのラメ糸が、女の子ゴコロをわしづかみ！●ポンチョ7,245円(M～LL)／アースマジック(リトルアンデルセン)



ワンツーコーデも、これさえはおればグッとおしゃれに。●ポンチョ10,290円(S・M)／X-girl Stages (X-girl Stages AOYAMA)



ラブリーなトリコロールカラー。ビッグなポンポンもとびきりキュート！●ポンチョ4,620円(S・M)／putiton

www.shanghaidz.com
蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

松本伊代プロデュース

STRANGE HEAVEN

このタグを目印にしてね♪



ほんのりキュートで、元気のモトをくれる服。
いつも通りだけど、気分は上々!
にこやかなデイリーライフ、送っていますか?

松本伊代プロデュース

STRANGE HEAVEN × Iyo Matsumoto

model : Iyo Matsumoto / photograph : Shige[illegible] (m[illegible]nocular) / hair&make-up : Hirano Satake / styling : Shiho Tsukamoto (Lapin)
design : Akiko Higuchi / text : Kei Sasaki / director : [illegible]chi Kasai (Areal)

:: plofile ::

松本伊代(まつもといよ)
1965年6月21日生まれ。東京都出身。「センチメンタル・ジャーニー」で歌手デビュー。
現在はママドルユニット「キューティー★マミー」としても活躍中!

チェックボア付ワンピース ¥1,870
プリントTシャツ ¥770
デニムパンツ ¥1,870

www.shanghaidz.com

10/2 fri 16:45

「お庭に出て
ガーデニング」

check! カジュアル&元気でキュート！



サロペットアンサンブル
¥1,870
トレンカ ¥770

10/1 thu 13:30

「隣の駅を
ちょっと探検」

check! ゆったりシルエットのトップス





10/4 sun 11:20

「ママ友たちと
ごはんの会」

check! 少年っぽさがかわいい、
リラックススタイル

ロングカーデ ¥1,270
チェックスモック ¥1,470
カーゴパンツ ¥1,870



10/3 sat 06:15

「家族で
お出かけの日」

check! ナチュラルカラー&
動きやすいコーデ

ボアベスト ¥1,470
裏毛クルーチュニック ¥970
ジャガードスカート ¥1,470



サロペットアンサンブル ¥1,870



プリントTシャツ ¥770



裏毛クルーチュニック ¥970



チェックボア付ワンピース ¥1,870



プリントTシャツ ¥770

ファッションセンター しまむら

http://www.shimamura.gr.jp/

www.shanghaidz.com
蝴蝶网 hudie.com

コモ手づくり部が考えました。

めざせ完売！の バザーアイテムづくり。





いよいよ、バザーの季節がやってきました。「何をつくろう………」と頭を抱えるママたちのために、“どんなものが売れるのか”をコモが徹底リサーチ！　その結果をもとに、「手づくり部」がかわいくて売れるアイテムを考えました。会場で一番の人気を集めること間違いなし！

撮影／砂原 文　スタイリング／伊藤みき　取材・文／佐々木素子　イラスト／山田さとみ
作成・モデル／井上ちえ、小川 瞳、深谷佐和、南井沙織、山田さとみ（以上コモモデル）　撮影協力／アワビーズ

蝴蝶网
hudie.com



やっぱり欲しいのは、シンプルバッグ！

山田さとみが考える ふくろもの。

つくるのも買うのも“気軽”なバッグは、
バザーの定番アイテム。だからこそ、
ちょっとしたアイデアを加えましょ。
サイズや布選び、使いやすさにこだわって、
「こんなの欲しかった」といわれるものに。



Profile
2004年コモモデル。センスいい手づくりが人気の「手づくり部」部長。7才の真朱ちゃんのママ。

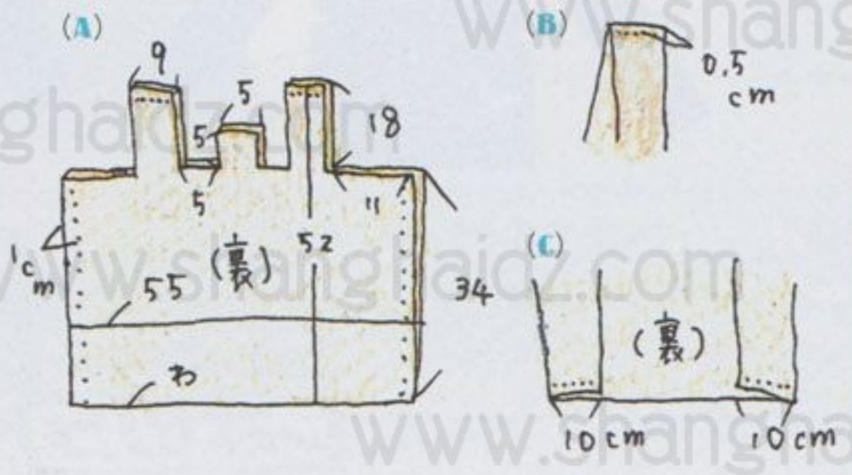
まちつきバッグ

「スーパーマーケットの袋みたいなかたちのバッグは、すっごく簡単につくれるのに、そうは見えないのがポイントです（笑）。重い荷物にも耐えられるように、厚めの生地を使いましょう！」



ざいりょう（1個分）
好きな布地　幅55×104cm
スナップボタン　1組
好きなはんこ＆布用スタンプパッド

つくりかた
1. 図のように布を裁断し、全体の端にジグザグミシンをかける（A）。中表になるように、底をわにして半分に折り、両脇と持ち手部分（B）をミシンで縫い合わせる。
2. 底の両端を10cmずつ折って縫い、まちをつくる。（C）
3. 持ち手を半分に折って端を縫ったら完成。
4. バッグのくちにスナップボタンをつける。



完売ポイント



好きなスタンプをポンッと押して
このワンポイントがあるかないかで大きな差が出ます！　バッグが大きいので、はんこも大きいものを使うのがポイント。

www.shanghaidz.com

蝴蝶网 hudie.com



ばけつ形バッグ

ワンショルダーのバッグは、持ち手をちょっと長めにつくって肩からかけられるようにしました。雑誌や子どものお絵かきグッズなど、重さのあるものを入れるのに便利ですよ。

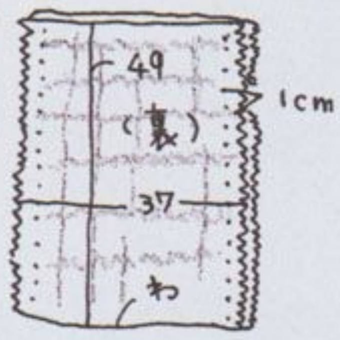


ざいりょう（1個分）
本体　好きな布地　幅37×98cm
ショルダーひも　幅9×79cm

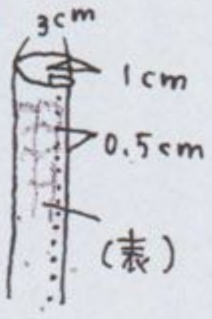
つくりかた

1. 布地をピンキングばさみで裁つ。底をわにして中表に折り、両脇をミシンで縫う（A）。ショルダーひもは、端から0.5cmずつを裏側に折り込み、端を縫っておく（B）。
2. ショルダーひもを口部分にはさみながら三つ折りにし、ぐるりと口を一周縫ったら完成。

(A)



(B)



完売ポイント



売るときは
くるくる巻いて
小さく巻いておけば、「これは何だろう？」と興味をそそります。「こんなにコンパクトになりますよ」というアピールにも。

子どもポシェット

ふわふわのフタは切りっぱなし、ショルダーひもはサテンのリボンを使ったので、つくるのはラクちん。ちょうちょ柄の布地は娘が「これがいい！」と選んだものを使いました。



ざいりょう（1個分）
本体　好きな布地　幅25×56cm
ふた用布地（起毛）　幅23×5cm
サテンリボン　適宜
ウッドビーズ　1個



完売ポイント

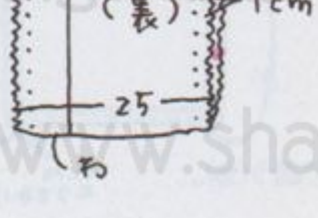


ビーズを通して
おしゃれ度アップ
リボンにビーズを1個通すだけで、おしゃれ＆“お得感”が増します。よそいきテイストは、お出かけにもぴったり！

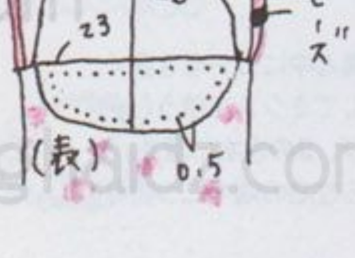
つくりかた

1. 本体の布をピンキングばさみで裁ち、底をわにして中表に折り、両脇をミシンで縫う（A）。
2. ウッドビーズを通したリボンをはさみながら、口を三つ折りにし、ミシンでぐるりと縫う。
3. 円形にしたふた用の布地を口に縫いつけて完成（B）。

(A)



(B)



www.shanghaidz.com



柄＆色合わせを楽しみながらつくる

KIDS GOODS

南井沙織が考える 子どもグッズ。

飛ぶように売れるのはなんたってお洋服！
遊びざかりの子どものためのスモックは、
初心者でも簡単につくれるので挑戦してみて。
常備しておきたいマスクは、見た目もかわいい
パッチワークに仕上げてみました。



Profile
2009年コモモデル、5才の陽太くん、3才の洋人くんのママ。手づくり作家として、Tシャツやコサージュの制作も。



おしゃれスモック

型紙をとってつくるのは難しそうに感じるかもしれませんが、ちょっとぐらい曲がっても気にせずにつくってみて。意外と簡単に完成するので、柄違いでいっぱいつくっちゃおう！



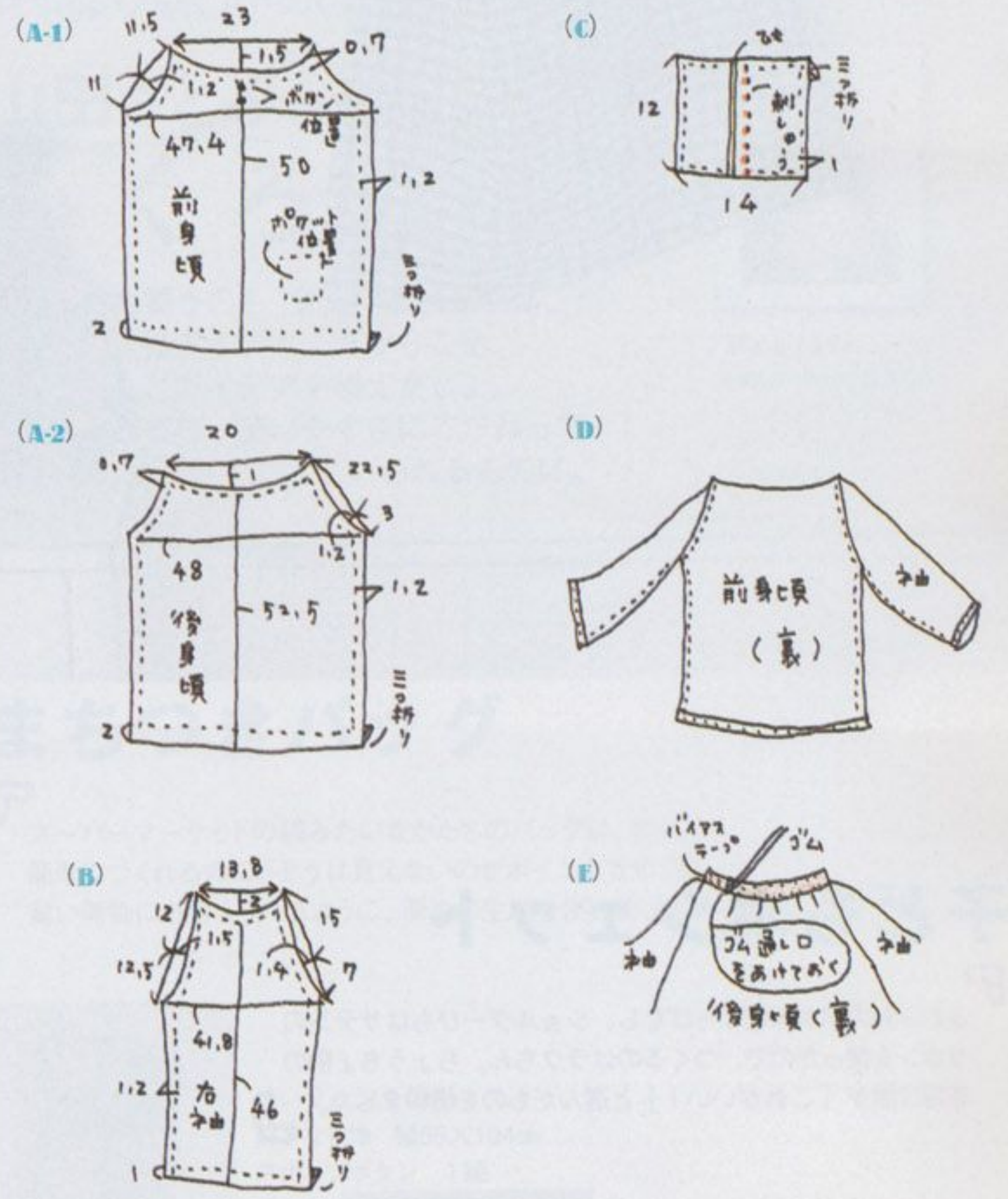
ざいりょう（1着分）
布地　幅110cm×120cm
バイアステープ　70cm
ひも　適宜
刺しゅう糸　適宜
ボタン　2個
ゴム　50cm

つくりかた
1. すべてのパーツを図のように裁っておく（A,B,C）。
2. ポケットにひもをミシンで縫いつけ、刺しゅう糸で玉結びをして装飾する。口を三つ折りにして縫ったら、前身頃に縫いつける。
3. 前身頃、後身頃、袖のすそを三つ折りにしてミシンで縫う。
4. 前身頃、後身頃、筒状にした袖を合わせてまち針でとめ、ミシンで縫い合わせる（D）。
5. 襟ぐりにバイアステープを縫いつけて始末し、ゴムを通す（E）。前身頃にボタンをつけて完成。

完売ポイント

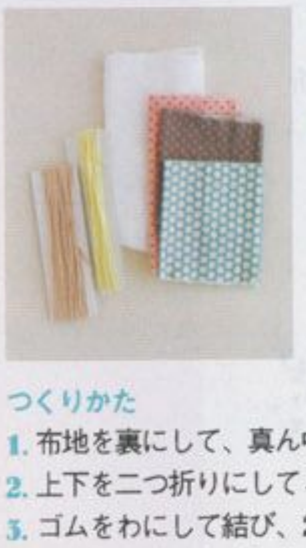


ポケットに手を加えて見栄えよく仕上げる
2種類の布をはぎ合わせてつくったポケットに、ひもと刺しゅう糸でデザインをプラス。これでより手づくり感がアップ。



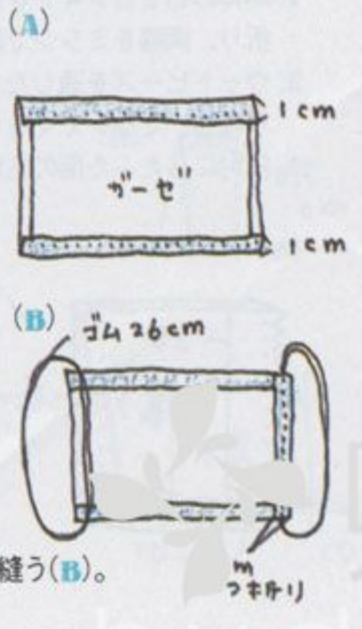
キッズマスク

ママ友達と「バザーで欲しいもの」の話題になって人気だったのが、マスク。やわらかなガーゼ素材の布地を使って、ゴムをはさんで四方を縫うだけで簡単にできちゃいます！



ざいりょう（1個分）
表布地　12×9cm
ガーゼ布地　10×7cm
マスク用ゴム　26cm×2本

つくりかた
1. 布地を裏にして、真ん中にガーゼを置く。
2. 上下を二つ折りにしてミシンで縫う（A）。
3. ゴムをわにして結び、2の左右に置く。
4. ゴムをはさみながら左右の端を二つ折りにし、ミシンで縫う（B）。



完売ポイント



パッチワーク＆色違いのゴムで個性的に
2種類がデザインされた布地を、さらにパッチワークすることでこったデザインに。ゴムは左右色違いにして遊び心を。

hudie.com

完売ポイント



お菓子みたいなラッピングで勝負

アクセサリーはどれも小さいものなので、売るときはクリアな袋に入れてラッピング。見た目もかわいく、目立ちます。



ヘアアクセの材料

ママも女の子も欲しくなるラブリーアイテム

深谷佐和が考える ヘアアクセ。

HAIR ACCE...

ふだん、自分用のアクセサリーはよくつくっていますが、バザーということでママも子どもも使えるものを考えました。忙しいママでも、あいた時間にさっとつくれる簡単なものばかりです。ぜひ試してみて！



Profile

2005年コモモデル、13才の峻之介くん、7才の海光くんのママ。器用でアイデアが抜群。



お花のヘアピン

造花の花部分を接着剤でつけるだけなので、子どもでも簡単につくれちゃいます。親子でわいわい楽しみながらつくって売れば、思い出も2倍に！

ざいりょう（1個分）
造花　1個
ヘアピン　1個
接着剤

つくりかた
1. 造花をヘアピンに接着剤でつけるだけ！（A）



レースシュシュ

レース2枚を重ねて、レースの穴にゴムを通していくだけ！　同じレース2枚を重ねてもいいし、色の違うレースを使ってもカワイイです。

ざいりょう（1個分）
好きなレース　50cm　2枚
ゴム　適宜

つくりかた
1. レース2枚を図のように重ね、レースの穴部分にゴムを通していく（A）。
2. ゴムを結んで、レースの端を縫い合わせて完成（B）。好みでサテンのリボンなどをあしらう。

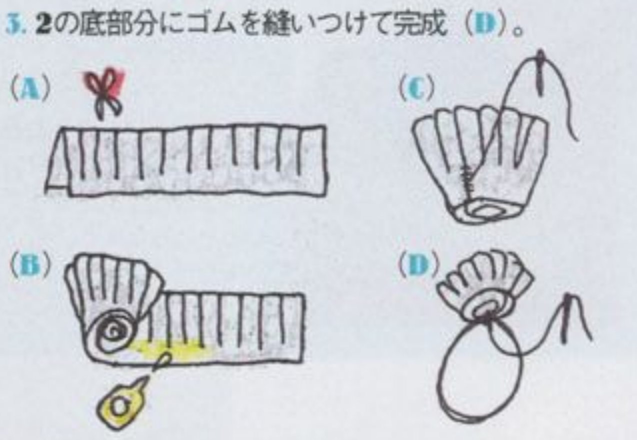


たんぽぽのヘアゴム

長いフェルトに切り込みを入れて、くるくる巻けばたんぽぽみたいなお花のかたちに！　薄い布地でつくると、ふんわりとした花になります。

ざいりょう（1個分）
フェルト　幅40×8cm
接着剤
ヘアゴム　適宜

つくりかた
1. フェルトを半分に折り、わになった部分に、クシのように切り込みを入れていく（A）。
2. 1の下部分に接着剤をつけながら、端からくるくると巻いていく（B）。最後は糸で縫いとめる（C）。
3. 2の底部分にゴムを縫いつけて完成（D）。

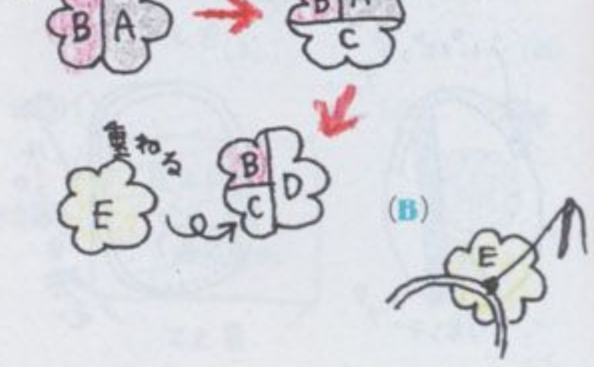


お花のヘアゴム

花のかたちに切ったフェルトを折って重ねて縫うだけ！　真ん中を縫い合わせるときは、きつめに縫いとめるときれいに花が開きますよ。

ざいりょう（1個分）
直径約4cmの花のかたちに切ったフェルト　5枚
ゴム　適宜

つくりかた
1. 花のかたちに切ったフェルト4枚を半分に折り、図のように重ねていく。5枚目をその上に重ね、中心を糸で縫いとめる（A）。
2. 1にヘアゴムを糸で縫いつけて完成（B）。



蝴蝶网 hudie.com

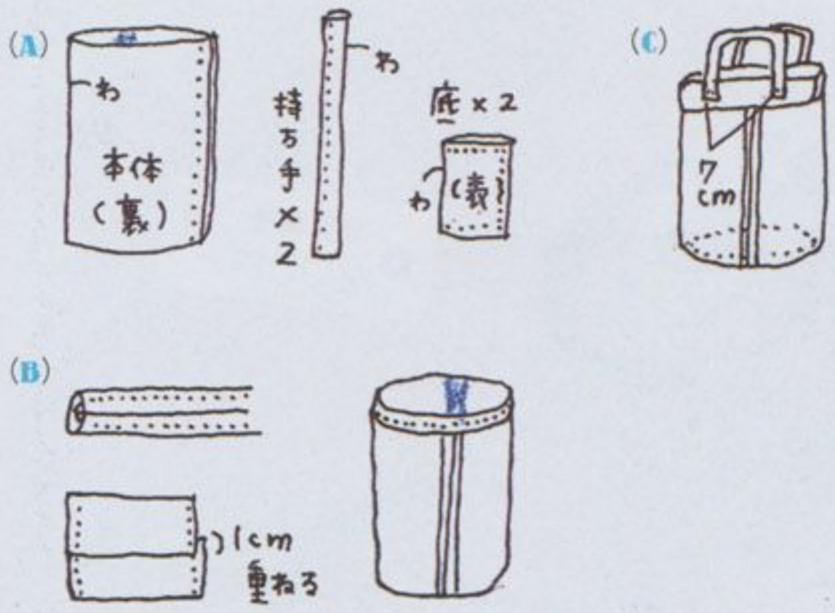
ビニール袋ストッカー

底の部分はポケットティッシュケースからヒントをもらってつくりました！ バッグ形のデザインなので、キッチンで目につくところにあってもかわいいでしょ？

nudie.com

ざいりょう（1個分）
本体布地(麻)　幅46×36cm
持ち手用布地　幅5×32cm　2本
底用布地　幅9×18cm　2枚
リネンテープ　36cm
イカリ形ボタン　1個

つくりかた
1. 本体の右端から17cmのところにリネンテープを縫いつけておく。
2. 本体を中表に半分に切り、端から1cmのところをミシンで縫う。持ち手を中表に半分に折り、端から0.5cmのところをミシンで縫う。底は表面のまま半分に折り、端から0.5cmをぐるりと縫う（A）。
3. 本体の口を三つ折りにしてミシンで縫う。持ち手は表に返し、両端をミシンでステッチする。底は2枚を1cm重なるようにして、縫いとめておく（B）。
4. 持ち手と底を本体に縫いつけて表に返し、ボタンを縫いつけて完成（C）。

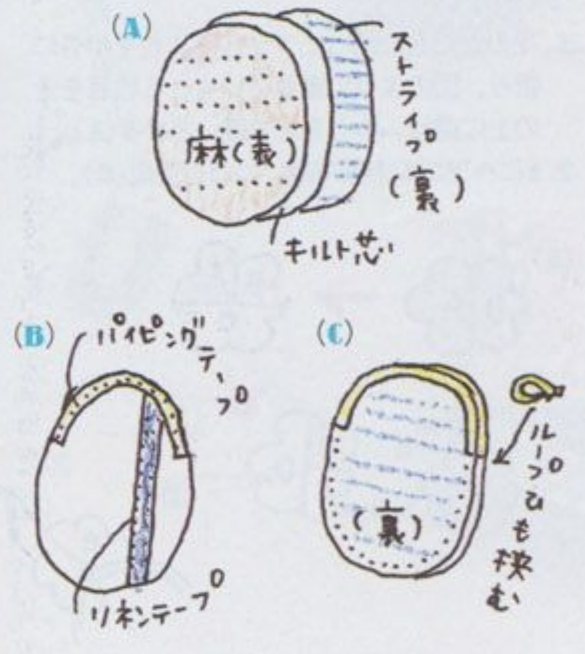


なべしきになるなべつかみ

キッチンでの統一感を考えて、ビニール袋ストッカーとおそろいのデザインに。熱さが伝わりにくいように、間にキルト芯をはさんで、ふかふかにするのがポイントです。

ざいりょう（1個分）
表布地(麻)幅14×20cm　2枚
裏布地（白×水色ストライプ）幅14×20cm　2枚
キルト芯　幅14×20cm　2枚
パイピングテープ　50cm
リネンテープ　20cm
イカリ形ボタン　1個

つくりかた
1. 表布地、キルト芯、裏布地を重ね合わせ、キルティング状にミシンで縫う。もう1組も同様に（A）。
2. 1の片方にリネンテープをミシンで縫いつけたら、2組とも、口になるほうにパイピングテープを縫いつける（B）。
3. 5cmほどのパイピングテープを半分に折り、2を中表になるように重ねた間にはさみ、口を残して縫い合わせる（ループになる）（C）。表に返して、ボタンを縫いつけて完成。




キッチングッズの材料

みんな大好き、マリンモチーフ

井上ちえが考えるキッチングッズ。

キッチンアイテムは、毎日使うことを考えて
インテリアにすっとなじむデザインに。
リネン素材を使ったナチュラル感たっぷりの
アイテムなら、どんな家にもぴったり。
やっぱり"使える"アイテムが最強です！



Profile
2005年コモモデル、9才の幸太郎くん、6才の楓ちゃん、3才の瞳ちゃんの3児のママ。



完売ポイント



「わあ！」と驚く便利なアイデア

細長いバッグと思いきや、実用性抜群のストッカー。種明かしのように、使い方を説明してあげれば会話も盛り上がります。

ふかふかのキルティングがポイントです

希望価格 300円

希望価格 400円

ビニール袋をたっぷり収納しちゃおう！

完売ポイント



2wayで使えるお得感をアピール

ティーポットなどを置いて、マットにもなることを見せて。内布にマリンなストライプ柄を使っているところもポイント。

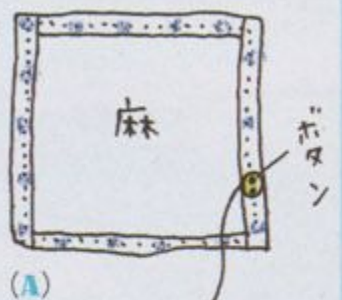
カトラリーケースになるランチョンマット

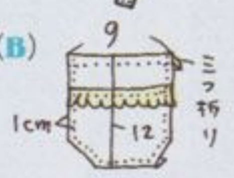
2枚の布を重ねて四方を縫ってポケットをつけるだけの簡単ランチョン。ポケットにスプーンやお箸を入れて持ち運べるので、幼稚園のおべんとうに、ピクニックに活躍させて。



ざいりょう（1個分）
水玉布地　46×46cm　1枚
麻布地　40×40cm　1枚
ポケット用麻布地　12×12cm　1枚
ポケット用レース　適宜
麻ひも　適宜
端切れ　適宜
ボタン　1個

つくりかた
1. 水玉布地と麻布地を外表中心で合わせ、水玉布地の周囲を三つ折りにして麻布地をくるみ、2枚をミシンで縫い合わせる。（A）
2. ひもの先を端切れでくるむように手縫いし、1にボタンとともに縫いつけて完成。
3. ポケット布にレースを縫いつけ、口を三つ折りにしてミシンで縫い（B）、残りの3辺のぬいしろを内側に折って2に縫いつける。

（A）


（B）


完売ポイント



広げても、巻いてもかわいく見せる
裏に麻布を重ねているので、くるっと巻いたとき、裏面もきれいに見えるのがポイント。ボタンやひもの先をくるむ布にもこだわって。

おべんとうの時間が楽しくなっちゃう♥



"かわいい"をきっかけに、エコをおすすめ

小川 瞳が考えるエコグッズ。

子どもの未来のことも考えて、地球やエコを考えるのはとても大切なこと。
身近なことから少しずつやりましょう、の気持ちを込めて、エコグッズを売りましょう。
ママ友達とエコの輪ができたらいいな。



Profile
2002年コモモデル、10才の梨花ちゃんのママ。アクセサリーやボンボンづくりがマイブーム。



ぽんぽんつきアクリルたわし

洗剤を使わないアクリルたわしは、前からつくってみたいと思っていました。基本のメリヤス編みなどで、大きめサイズにつくってみました。お皿を洗うときなど、使い心地も抜群！



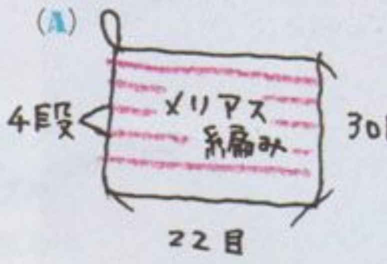
ざいりょう（ボーダー1枚分）
アクリル毛糸　2色　各1玉

つくりかた
1. 編み棒に22目のつくり目をし、2色の毛糸で4段ずつメリヤス編みをしていき、ボーダー柄にする。ふせ編みで端を始末し、最後にループをつくる（A）。※手前のアクリルたわしは、かのこ編みでつくっています（B）。
2. ぽんぽんをつくる。指2～3本に毛糸をぐるぐると巻き、中心を毛糸でぎゅっと結び、わになった部分をはさみで切る（C）。まるくなるように形をととのえる（D）。1のループ部分に結びつけて完成。

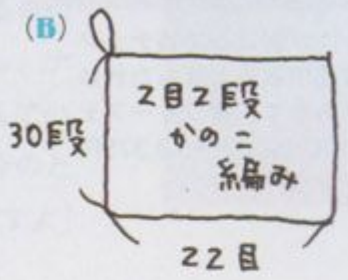
完売ポイント



ゆらゆら揺れるぽんぽんをオマケに
子どもも大好きな"ぽんぽん"をつけることで、見た目のかわいさアップ。とりはずしてオーナメントにして、と提案してもOK。

（A）


（C）


（B）


（D）


早めの情報収集＆予約購入が成功のカギ!!

2010年モデル ランドセル＆学習机 最新News

いよいよ入学シーズン。必須アイテムのランドセルと学習机の最新事情を、どこよりも詳しく紹介します！　長い間使うものだから、じっくり考えてお気に入りを見つけましょう！

取材・文／川田直美　撮影／鈴木江実子（P118、119。主婦の友社写真室）　●掲載協力店リストは179ページにあります。



「2台並べたかったので、95㎝という通常より小さめの机幅にこだわりました」。「ステップアップデスク CDシリーズ」2010年モデルはP124で紹介。

Part 1
Comoモデルファミリーのランドセル＆学習机事情

先輩たちはどんなランドセルと学習机にしたの？　1年生のいるおうちに突撃取材！　こだわりポイントや使い心地、選び方のコツを聞いてみました。

Case 1
浜村香織さんファミリー



2005年コモモデル。
花梨（かりん）ちゃん・7才。右は妹の愛梨（あいり）ちゃん・5才。

学習机は？

コイズミファニテックの「ステップアップデスク CDシリーズ」を妹の愛梨ちゃんの分と一緒に、2台購入した浜村家。「同じタイミングで買わないと、デザインが違ってしまうので」という理由から。「夏休み前からネットでリサーチ。カタログを取り寄せて目を通し、目星をつけてからお店へ足を運びました。真っ白の机がいいなぁと思い、お店で実物を見たのですが、いすがぶつかる場所の机の塗装がはげていて」。そこで、白よりは傷や汚れが目立たない、ナチュラルな木製に決定。



座面の下[illegible]ランドセルが置ける木製チェアはとって[illegible]便利。座面の[illegible]背もたれ[illegible]成[illegible]わせ[illegible]きます。●フォーステップチェア[illegible]品番CDC-2[illegible]SK [illegible]18,375[illegible]／コイズミ[illegible]ァニテック



引き出しは取っ手のハート形がポイント。ワゴンは机の高さまで変動可能。サイドテーブルとしても使えます。

ランドセルは？

白やピンク、ラブリーなデザインが大好きな花梨ちゃんと香織さん。ランドセルを買うならメゾピアノ、と決めていたので迷いはありませんでした。「売り切れ必至と聞いていたので、発売日当日に本命のデパートへ。念のため、ほかの店にも問い合わせの電話をかけておきました」。晴れて購入できたランドセルは、色合いはもちろん、マチの刺しゅうやいちごのファスナートップまで、ロマンチックな要素がいっぱいで、親子で大満足！





中のデザインもいちご柄。びょうもいちごと、あちこちにいちごのモチーフが使われています。色はあたたかみのあるホットピンクを選びました。●メゾピアノ　ストロベリーベーシック・品番SV-B59850（全3色・重さ約1,150g）59,800円／加藤忠



蝴蝶网 hudie.com


蝴蝶网 hudie.com

フローリングと色調を合わせた
デスク選びで、お部屋広々！

まだ荷物が少なく、すっきり。教科書はワゴンの一番下に収納。●ピエルナデスク・品番865RDG-W964（全2色・W100×D70.2×H77.9～101.9／天板高52～76cm）80,010円／岡村製作所

グッドデザイン賞受賞のピエルナシリーズ。曲線を生かしたデザインがオシャレ。天板の高さは成長に合わせて5段階に調整できます。

Case 2
高橋弘美さんファミリー



2007年コモモデル。
流音（るい）くん・7才。

学習机は?

「最初は真っ白な机がいいなと思ったんですが『木目調もあたたかみがあって、いいんじゃない？』との夫の意見もあり、岡村製作所の「ピエルナ」シリーズのナチュラルビーチというカラーをセレクト。フローリングと机の色調がぴったりで、広々とした印象になりました。「入学祝いを学習机の購入費用にあてました。同じマンション内に、ピエルナシリーズの机を使っている友人が数人いて、実際に置いてある状態を見せてもらえたので、安心して購入できました」

ランドセルは?

ランドセルは「絶対に紺色！」と決めていた流音くん。「近所の仲良しのお兄ちゃんと同じ色がいいと、ずいぶん前から色だけは主張していました」と弘美さん。帰省先のイオンの店舗で、お正月に祖父母に買ってもらったのが、トップバリュのネイビーのランドセル。「流音に背負わせてみたんですが、『うん、これがいい！』と本人も気に入った様子で。意見が割れることなくすぐに決まったのでラクでした」



本人こだわりの紺色でお兄ちゃん気分！



カラーバリエに定評のあるトップバリュの「24色カラーランドセル」（スペックはP121で紹介）。シンプルなデザインで軽量、値段もお手ごろ。「このファスナーポケットが大きく開いて便利なんですよ」

Case 3
松丸光子さんファミリー



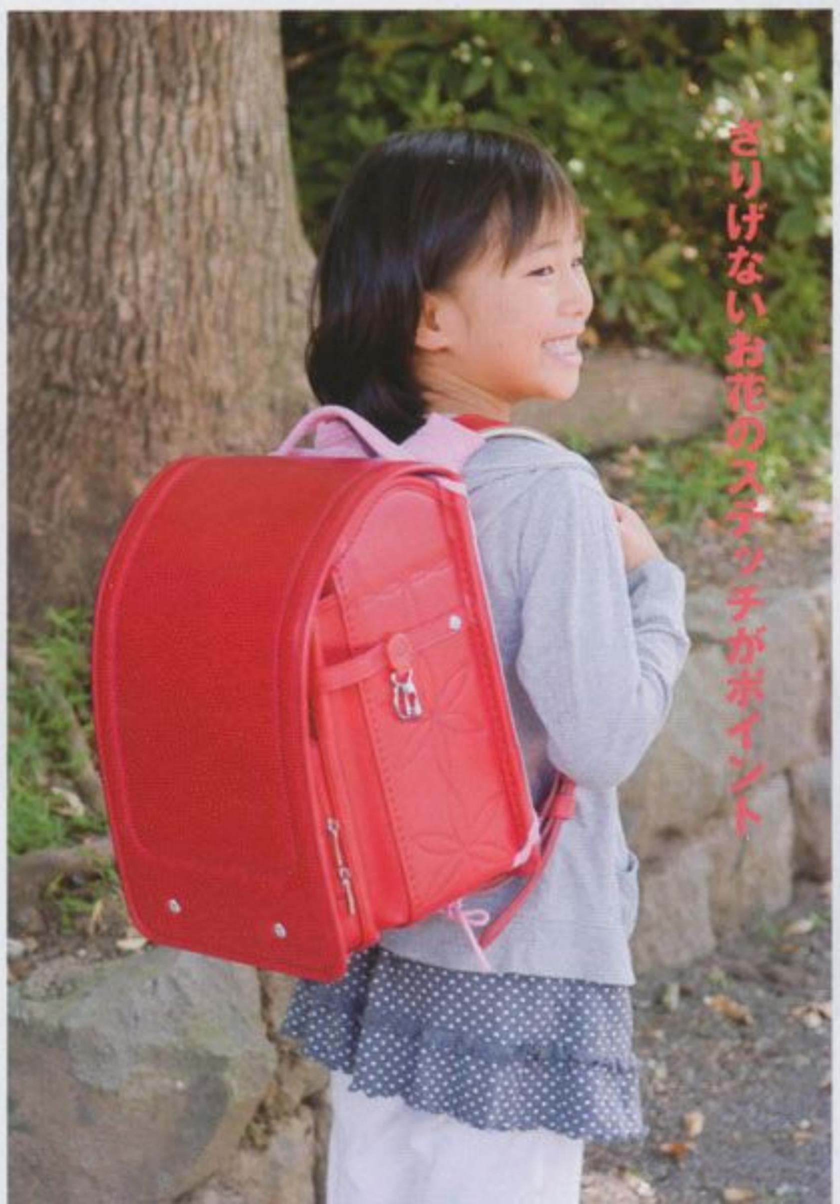
2005年コモモデル。
更紗（さらさ）ちゃん・6才



背当て部分にはめられているのは、標準装備の付属品、汗蒸れ防止メッシュパッド「クール・ヴォイ」。持ち手も大きく、クッション性もあり、背負い心地◎。●あいNo.5（全16色・重さ約1,090g）34,000円／ららや

ランドセルは?

ランドセルは、幼稚園の頒布で購入。「ららやのランドセルを乗せた車が園に来て、そこで何種類も背負い、試すことができました」。背負い心地プラス、「目立つデザインはイヤ。6年生になっても使えるシンプルなものがいい！」という更紗ちゃんの意見を尊重し、「あいNo.5」に。4年生のお兄ちゃんも同じモデルを使用中。「スタンダードなデザインで飽きません。丈夫なのはお兄ちゃんでわかりますしね。カラーは赤でもピンクでもないロゼ。サイドのお花のステッチがお気に入りです」



さりげないお花のステッチがポイント

置き方も使い方も自由自在な
木製のシンプルデスク



前後の区別がないので部屋の真ん中に置いてもOK。成長後も使えるシンプルさが魅力。●リムデスク本体・品番RA-135T・ナチュラル（他全2色・W135×D60×H73㎝）3万1500円／ユートップ

学習机は?

更紗ちゃん専用ではなく、お兄ちゃん入学時に購入した学習机を共用中。「大きな天板が魅力のシンプルな机です。店で実物を見て、ネットで購入。学習机を買わなくちゃ！といろいろ見ましたが、ピンと来るものがなくて。これは天板が広いので自在に使えるし、ナチュラルな色も主張しすぎずインテリアになじんでいい感じ。更紗も自分専用をほしがらないので、今のところ共用で問題なし。あせって買う必要はないですよ」



はしご状になった机の脚には手持ちのフックをかけて、ランドセルを収納。左右どちらからもかけることが可能。

Part 2
ランドセルの基礎知識

毎日使うものだけに、納得したうえで選びたいもの。見た目の好みはもちろん、耐久性も大きなポイント。読者アンケートでは年内に購入した人が半数以上。限定ものや、人気デザインを狙うなら今すぐ行動を。幼稚園の頒布や帰省先で祖父母に買ってもらうという人も多いようです。漠然と売り場に行ってもその種類に圧倒されがちなので、事前のリサーチは大事。入学先の小学校の登下校を見て、どんなタイプが主流かチェックしてみるのも手です。

形

標準的な形は学習院型と呼ばれるもの。その他、半かぶせ型や横型など、デザイン性の高いものがあります。学校によっては、かぶせ部分に指定のカバーをつけることも。事前に確認して。

★半かぶせ型

かぶせの蓋が半分になったタイプ。個性的でおしゃれ！と、定番人気に。かぶせ部分が少ないので軽量なのがうれしい。蓋が開けやすいけれど、中身をつめすぎるとしまらなくなることも。



全面の斜め反射ラインで暗い道でも安全。中はチェック柄でトラディショナル。背面はマイナスイオン加工で、汗かきな子どももさわやかな背負い心地。清潔で快適な通学をお約束。素材はベルバイオ5。●げんきNo.6・ネイビーブルー（他全6色・重さ約960g）29,000円／ららや

★横型

横に長いタイプのランドセル。まるでリセエンヌみたい。スタイリッシュな印象です。教科書を横向きで入れるので、背表紙が見えて便利。学校のロッカーに入らない場合もあるので気をつけて。



横型で半かぶせのデザインでオシャレ度がさらにUP！ポケットがシンプルで、低学年でも使いこなせます。素材はクラリーノ。●キッズアミ横型・品番55408・ピンク（他全5色・重さ約1,150g）48,300円　※クロ・アカは品番55841・45,150円・重さ約1,090g／ナース鞄工

素材

軽さを重視するならクラリーノ。風合い重視なら、牛革？　それともコードバン？　6年間という長い期間、ほぼ毎日使うものだから、素材の特徴をよく知って納得して選びましょう。

★クラリーノ（F、タフロックなど）

主流は合成皮革であるクラリーノ。軽さや耐久性、手入れの簡単さで人気です。クラリーノの中でも種類があり、軽量を重視したクラリーノ、風合いにすぐれたクラリーノF、耐久性のレミニカ、さらに耐久性と耐傷性が高いタフロックなどが。



女の子だけの特別なランドセルは、びょうやファスナートップなど、あちらこちらにハートのモチーフがいっぱい。背負いやすい軽量モデル。素材はクラリーノFレインガードα。●天使のはねラブピ・ビビットピンク（他全4色・重さ約900g）43,000円／セイバン



クラリーノの最上ランク、クラリーノタフロック素材。耐水性や耐傷性にすぐれながら、値段は手ごろ。反射びょうが男の子用は星形、女の子用はハート形。●フィットちゃんプレミアムゴールド・品番KF-53・グリーン（他全8色・重さ約1,050g）55,650円／ハシモト

★牛革

丈夫で、使い込むほどに味が出るのは、やっぱり牛革。本来は雨に弱く、手入れが必要ですが、最近は防水加工されているものも多数あります。色のバリエーションは少なめ。



キラキラのパールラメ牛革製。背かんの幅が自由に広がり、体にフィットするフィットちゃん機能や、ワンタッチ施錠のミラくるっロックを搭載。●フェリーデマイユ ラメハート・品番FE-1201・サックスブルー（他全3色・重さ約1,350g）50,400円／栄伸

★コードバン

馬のおしりの部分からとれる素材。ゆえに希少価値があるため、価格はお高め。傷に強く、磨けば磨くほど美しい光沢が出るのはやはり本革ならでは。通好みの素材です。



かぶせの蓋には光沢感のあるコードバンを、本体にはクラリーノFを使用して軽量化を実現。2つの素材のいいとこどりの欲張りなランドセル。●フィットちゃんランドセル・品番AL-68・黒（他全2色・重さ約1,000g）71,400円／ハシモト

各部の名称

どこのブランドのランドセルもだいたい作りは同じ。各部の名称を覚えて、使い方をしっかりチェック！



①かぶせ…蓋の部分。②反射びょう…光を反射することで、暗い場所での安全性を確保する（ついていないこともある）。③フック…なすカンとも呼ばれる。給食袋などをかける。④大マチ…メインとなる収納部分。⑤錠前…かぶせをしめるカギ。



⑥背かん…肩ベルトのつけ根の部分。中央は持ち手になっている。⑦肩ベルト…背負うためのベルト。調整できる。⑧背あて…ランドセルと背中が密着する面。⑨防犯ブザーフック…防犯ブザーやキーホルダーをとりつける（ついていないこともある）。※背かん、肩ベルト、背あてなどには、各社各商品、さまざまな工夫が施されているので、ランドセル選びの際にチェックして。

特殊なアーチを施したクッション材入りの肩ひもが、ふわふわでやわらか。小さな1年生にもピッタリフィットします。オートロックや反射テープなど、使いやすい工夫が満載。素材はクラリーノF。●ふわりぃランドセル302・オレンジ（他全12色・重さ約950g）36,000円／協和

さらに こんな機能にも注目!!

利用者の声が反映され、年々進化していくランドセル。"カユいところに手が届く"こんな機能が搭載されたモデルがあるんです。ママの時代とはだいぶ違いますよね!?

オートロック

かぶせ部分を軽くおさえるだけで、カギが自動的にカチッとしまる機能。ワンタッチロック、ミラくるっロックなど、会社によって名称が違いますが機能は同じ。カギのしめ忘れ防止になり安心です。



ワンタッチの錠前なら、しめ忘れも安心。さらに、金具の先が万が一、体に当たっても危[illegible]ないよう、樹脂でくるむ[illegible]いった配慮もされて[illegible]す。本[illegible]クラリーノ[illegible]、背面は牛[illegible]使用。●Free&Pc[illegible]品番PP-141[illegible]・ボルドー[illegible]全12色・重さ約1,000g）39,900円／栄伸



かぶせ部分を指で押せば、カギが自動的にしまるしくみ。指で小さなカギをしめるのは、じつは子どもにはハードルが高いもの。

A4対応

教科書の大きさはA4が主流で、大半のランドセルは、A4サイズが入る大きさ。それよりちょっと大きいA4ファイルもランドセルに入れたい！　そんな願いをかなえた、ワイドなランドセルも登場。



内寸は横23cmのワイドサイズ（A4サイズは横21cm）で、外寸は従来どおり！特殊製法で、へりまきというでっぱり部分をなくしたために実現したモデル。A4ファイルをきちんと収納できます。素材はクラリーノF。●ふわりぃコンパクトワイド・ローズピンク（他全4色・重さ約950g）40,950円／協和

hudie.com

Part 3 人気ランドセルメーカーの2010年新製品速報!!

デザイン、色と種類豊富に出そろったランドセル。リニューアルを繰り返し、どんどん使いやすくなっています。定評あるメーカーから、今年のニューモデルをご紹介！

ナース鞄工

牛革ボルサ素材で傷がつきにくい！

「キッズアミ 牛革ボルサ」

「牛革がほしいけれど、傷がつきやすいから」と躊躇していた人に朗報。傷が目立ちにくいボルサレザーを使用した、キッズアミのニューモデルはいかが？　牛革にはめずらしい、鮮やかなカラーバリエーションに注目。肩ベルトにウイング背カン・エコボーンを採用し、ランドセルが無理なく体にフィット。●品番11109・55,650円・重さ約1,200g・全8色



ネイビーブルー　オレンジ



ハーバーブルー　ローズピンク　ピーチブロッサム　カーマインレッド　クロ　ブラウン

セイバン

出し入れのしやすさ、収納力がアップ！

「ワンパ」(2タイプ)

セイバンがとったアンケートでは、男の子はファスナーポケットを使わないまま6年間過ごす子が多いという結果に。そこでファスナーを省き、物の出し入れのしやすさと収納力を拡大！　よりシンプル＆軽量な男の子だけの特別なランドセルが誕生。本体生地には傷に強いクラリーノデビアスを採用。わんぱくな男の子にぴったり。●重さ約960g・各全3色



↑シンプルな中にこだわりを感じる、ブルーのステッチがほどよいアクセント。



↑右手の肩ベルトに星形の反射びょう。暗い夜道でも、存在をアピールできます。

★百貨店モデル　47,250円



クロ　マリンブルー　ブルーブラック

★量販店モデル　43,000円



クロ　ブルーブラック　マリンブルー

イオン

お気に入りの色が見つかる人気シリーズ

「トップバリュ 24色カラーランドセル」(新4色)

ランドセルは色が決め手という人におすすめ。これだけあれば、お気に入りのカラーがみつかるはずです。今年のニューエントリーは、スミレ、スーパーマリンブルー、グンジョウ、スーパーネイビー。クラリーノF使用で、ついに900gを切った軽量さや、背負いやすさなども魅力。●26,000円・重さ約870g（重さは色、湿度により異なる場合があります）・全24色



スミレ　スーパーマリンブルー

ハシモト

曲線ステッチ入りのクールなデザイン

「Good Boyランドセル」

ネーミングのとおり、男の子専用。男の子に人気のカラー、黒と紺で展開。「元気で明るく大きく」との願いをこめたクールなデザインで、かぶせの独特な曲線ステッチが目印。クラリーノFに耐傷加工を施した、風合いのよい素材を採用。へりも補強されているので、やんちゃBoyも6年間安心して使えます。●品番GB-38・39,900円・重さ約1,050g・全2色



黒　紺

ハート三昧で、わくわく感たっぷり！

「あい・愛ランドセル」

女の子のハートをわしづかみ！　かぶせの裏も内装もダブルハート、ファスナーポケットの窓にも大小のハート、背あてもハート。ハートだらけでハッピーに通学できちゃいます。友だちに自慢したくなるランドセル。クラリーノFに耐傷加工を施した、風合いのよい素材を採用。●品番AI 38・39,900円・重さ約1,050g・全3色



チェリー



↑ポケットのファスナートップもハート。どこから見てもハートに囲まれてハッピーな気分に。

↑背あて部分にはハートが4つ集まって、まるでクローバーみたい。幸せを運んでくれそうです！



カーマイン　ピーチ

イトーヨーカドー

充実した機能のハイグレードモデル

「グッドフィットポケットランドセル」(新3色)

天使のはねのセイバンと共同開発した、オリジナルランドセル。安全＆安心に加え、使いやすさに配慮したワンタッチロックを新装備。4方向に空気の逃げ道を作り、背中のムレを防ぐオリジナル背裏形状と、肌ざわりがなめらかなオリジナル背裏素材で、毎日快適に過ごせます（本体はクラリーノFX）。●39,900円・重さ約950g・全15色



カーキ　サクラ



クロ×ステッチ・アカ



↑新色のカーキは、かぶせの裏が何と迷彩柄。あけてみるとインパクト大！

蝴蝶网 hudie.com

マツモト

キッズあこがれの瞬足がランドセルに！

「瞬足」

運動靴で一大旋風を巻き起こした「瞬足」からランドセルがデビュー。クロは赤のステッチ、マリンはイエローのステッチがアクセント。かぶせについたマークは反射材になっています。付属の肩ベルトストッパーをつけると、体にフィットしてしっかりランドセルを背負えます。素材はクラリーノF。●品番SS9138105・43,000円・重さ約930g・全2色



マリン　クロ

形も色も注目されそう！

「シャーリーテンプル カジュアル」



チャ　ピンク

ファンシーでゴージャスなイメージの老舗ブランド・シャーリーテンプルから、今年は半かぶせ型のモデルが登場しました。ファスナートップはチョコレートの形で、全体的にスイートな魅力が満載。さし込み錠など、金具の部分はゴールドなので、高級感もたっぷり！ 素材はクラリーノF。●品番ST9157105・59,850円・重さ約1,200g・全2色



←内装は茶×ピンクのハート柄。あけてもキュートなのが◎。

加藤忠

売り切れ必至のロマンチックな限定モデル

「メゾピアノ」（新3タイプ）

おしゃれ心をくすぐるキーワードがあふれんばかりのメゾピアノの新製品。思わず目をひくデザインの連続にノックアウト。ロマンチックなメロディが聞こえてきそうなピアノをあしらったタイプ、リボンとお花の夢見るモチーフタイプ、ハートのキルティングが全面にあしらわれたタイプ。どれにしようか目移りしちゃいます。素材は人工皮革。●重さ約1,250g

★ハートキルティング
・品番MP-PS78750・78,750円
・全2色



チェリーピンク　クロ

→マチはメゾの刺しゅうとラインストーンの組み合わせ。キラキラ感がたまらない！

★プリントスペシャル
・品番MP-PS89250・89,250円
・全1色



↑ハートのくりぬきのまわりにはラインストーンが。ファスナートップはバレエシューズ。

←バレエシューズをあしらった刺しゅうはメゾのランドセルではおなじみ。夢が広がります。

★クラシックスペシャル
・品番CL-BS76650・76,650円
・全1色



↑ファスナーポケットは、ピアノの鍵盤をモチーフに。毎日の時間割そろえが楽しみに。

←これまでにない、シルバーカラー。宝石のようなイメージでキラキラと輝きます。

おしゃれな半かぶせモデル

「ティンカーベル カジュアル」（新2タイプ）

ティンカーベルの新作ランドセルは、蓋の部分が少し長めの半かぶせタイプ。かぶせ部分は、男の子用は、シンプルな山形ステッチでロゴはエンボス加工。女の子用は、華奢なお花が規則正しく並んだ上品なデザインで、ロゴも刺しゅう。どちらも知的なイメージを演出できそう！ キャラクターのかわいいキーホルダーというおまけも。素材はクラリーノ。●重さ約1,100g・各全3色

★女の子用
・品番TB-GC60900・60,900円

★男の子用
・品番TB-BC57750・57,750円



アカ　チョコ　ブルー　ピンク　クロ　コン

ららや

個性的なカラー＋刺しゅうがポイント

「エンジェル・ララ No.7」（新3色）

かぶせと肩ベルトに花の刺しゅうがついた、かわいらしいランドセル。素材は耐傷性や防水にすぐれた人工皮革ベルバイオ5を使用。背負いやすい新形状のベルトやオートロックなど、2010年モデルはさらに機能が充実！ ニューカラーは女の子に人気の高い、アイスブルー、ライトグリーン、シャーベットピンクの3色。●38,000円・重さ約1,090g・全11色



シャーベットピンク（ピンクステッチ）　ライトグリーン（ピンクステッチ）　アイスブルー（ピンクステッチ）

←新しく搭載されたオートロック機能。これで、しめ忘れの心配もなし！

クロスター

人気ブランドから待望のランドセル登場

「NIKEランドセル」（2タイプ）



↑マークをあしらったオリジナルの背面デザインは、通気性がよくムレにくい構造。

↑ポケットの前面や側面のリングなど、ところどころにNIKEのスウッシュロゴ入り。

ロゴもシンプルで、高学年になっても飽きがこないとママたちにも好評のNIKE。ついに登場した待望のランドセルは、機能性もバツグン。背負い心地のよいS字ラインの肩ベルトや、型くずれを防止する三方一体型補強プレートで、6年間快適に過ごせます。付属品の銀色のランドセルカバーも、クールでおしゃれ。●重さ約1,050g・各全3色

★クラリーノ Fモデル
・品番6541001・52,500円



ブラック　ロイヤルブルー　ネイビー

蝴蝶网 hudie.com

★クラリーノ・タフロックモデル
・品番6541101・63,000円



ブラック／グレーステッチ　ブラック／ブルーステッチ　ネイビー／ネイビーステッチ

栄伸

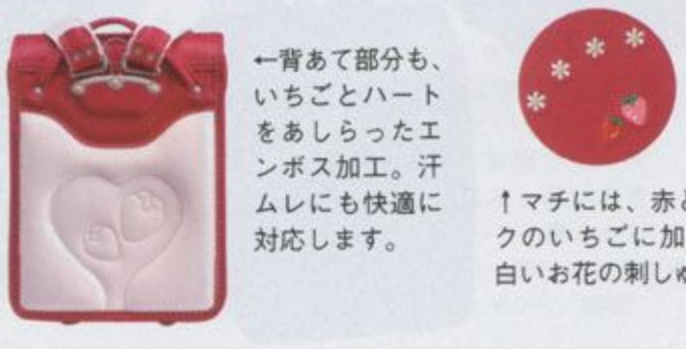
女の子が飛びつきそうないちご模様！

「フェリーデエマイユ いちご」



チェリーピンク　ピンク　カーマイン　サックス　スイートピンク

人気のフェリーデエマイユシリーズに、女の子が大好きないちご柄モデルが仲間入り。マチの刺しゅうや内装もいちごとハートの組み合わせで、とってもスイート。背中にぴったりフィットする「フィットちゃん」機能と、自動ロックの「ミラくるっロック」搭載モデル。素材はクラリーノF。●品番FE-1001・48,300円・重さ約1,200g・全5色



←背あて部分も、いちごとハートをあしらったエンボス加工。汗ムレにも快適に対応します。

↑マチには、赤とピンクのいちごに加えて、白いお花の刺しゅうも。

Part 4

学習机の基礎知識

毎日の通学に必須のランドセルと違い、なくてもなんとかなるのが学習机。とはいっても、机に向かう習慣をつけるのに、入学はちょうどいい機会。また、入学後はびっくりするほど学用品が増えますから、保管場所確保のためにも購入しておくのがおすすめです。天板の高さを調整できたり、成長に合わせて組みかえできるといった機能性プラス、家のインテリアとのバランスを考えて、じっくりと吟味したいですね。

形

どこに置くかで形選びも変わります。個室の子ども部屋に置くか、共用の子ども部屋に置くか、リビングに置くか、住宅事情も考慮して、学習机を選んでみましょう。

兄弟やリビングでの使用に便利
「組み合わせ」タイプ

机や書棚などを好みに応じて買い、組み合わせて使うタイプ。たとえば、平机を横に2つ並べ、真ん中に棚をはさむように配置すれば、きょうだい共用の子ども部屋でも、無理なく置けます。成長後は1つずつの学習机としたり、リビングに置くことも。先々のことを家族で話しながら選んで。



↑セレクトワン プレミアムクラス
平机(品番DP-MF28AD・81,165円)2台と、パネル(品番DP-M28B・27,930円)1枚、ライト(品番DL41・16,170円)2台を組み合わせた例。



単体で購入できる机、ワゴン、パネル、ラックがセットに。パネル式の書棚は圧迫感を感じさせず、すっきりとしたフォルムが特徴。●セレクトワン・プレミアムクラスデスクセット・品番DP-MF28-DL41・ミディアム(他全2色・W126×D63.6×H147.8cm)142,800円／イトーキ

体の成長に合わせて調整可能
「天板高さ可変」タイプ

成長に合わせて、机の天板の高さをアジャスターで調整できるのがコレ。小学校入学から中高、大学まで学習机を使うことを考えると、子どもは驚くほど成長します。体のサイズに合わない机では、姿勢もくずれてしまいがち。理想的な姿勢をキープできる可変タイプなら安心です。対応する身長は120～180cmくらいまで。



天板の高さは5段階に、さらに奥行きのサイズも2段階に設定できるタイプ。コンパクトサイズなので、リビング学習にもおすすめです。●ビエルナパクト・品番865ZDG-W964・ナチュラルビーチ(他全2色・W100×D55～70×H78～102／天板高52～76cm)90,090円／岡村製作所

部屋に合わせて置き方自在「スタイル可変」タイプ

気分によって、収納する量によって、成長によって……、学習机もいろいろな使い方をしたい、そんな人におすすめなのが、スタイル可変タイプの学習机。基本のセットである、机、本棚、引き出し(ワゴン)を、好みに合わせて組み立てます。各社さまざまなスタイルを提案しているので、カタログやショールームで見てみましょう。



5つのスタイルが楽しめる「フリーワン」シリーズ。ユニットスタイルの際に気になるデスクの書棚の脚と足元奥の桟をなくして、使いやすさアップ&見た目すっきりが実現。さらに天板は簡単にターンアップでき、奥行きを13cm拡張することも可能。広々も、コンパクトも思いのまま。●フリーワン書棚ハイタイプ・品番HS-MH23・ナチュラル(他全2色・W100×D75×H161.6／天板高76cm)142,800円／イトーキ

蝴蝶网
hudie.com

省スペースでお部屋すっきり
「ライティングデスク」タイプ

置いておくだけで、ちょっぴり大人の書斎風になるのが、ライティングデスク。使わないときは天板をしまうことができるから、スペースに余裕がない場所にぴったりです。天板をとじるときは、机上に物を出しっぱなしにしておけないので、片づけの習慣を身につけるのにも効果的！



コンパクトながら収納力はたっぷり。天板が勢いよく倒れないようストッパー、セーフティダンパーを採用しているので子どもにも安心です。●ライティングデスク・品番HD-FMC103・バーチ柄ナチュラルライトブルー(他全3色・W92.8×D44.4×H146.4／天板W87×D74.3×H73cm)90,300円／くろがね工作所

お部屋をトータルコーディネートできる
「ベッドデスク」タイプ

おもに学習机とベッドがセットになったスタイル。書棚や洋服収納のハンガーラックなどが組み込まれているものもあります。入学を機に個室を与える場合におすすめ。収納力があるので、コンパクトな部屋でも、空間を有効活用できます。ロフトのように、ベッドの真下に机が配置されているハイタイプも高学年に人気。



学ぶ、寝る、収納が一体になった人気シリーズ。それぞれ学習机、ベッド、ラック、ハンガーラック、チェストに分割することもできるので、収納力たっぷり。成長に合わせて組みかえ可能。洋服の収納部分があるので、自分の持ち物を片づける習慣づけができます。●キッズネストベッドデスク・品番MHT-BD2P・ピンク(他全3色・W205×D108×H139／天板高72cm)268,800円／イトーキ

さらに いすにもこだわり満載!!

学習机同様に、いすにもこだわって選びましょう。足置きがあり、座面高さを調整できるタイプが人気です。子どもを実際に座らせてみて、座り心地をしっかりチェックして。

回転チェア

座面が360度回転するタイプ。脚はキャスターつきで、座面がクッションなので、座り心地はやわらか。高さの調整はガス圧式のタイプがほとんどで、簡単に微調整できます。背もたれの角度が変わるものもあります。ただし、くるくると回転するのが楽しくて、遊んでしまう心配はいなめません。



両サイドに配された2本の支柱(ダブルアーム)で、子どもの背中をしっかりサポート。背もたれの角度が変わるベンディング機能でリラックスすることもできます。●トワイス(エクセレントクラス)品番KS31・ビビッドピンク(他全3色)3万9795円／イトーキ

木製チェア

最近増えてきているのが木製チェア。木製の学習机とセットで使うものだから、同じトーンでそろえたいという人向け。座面がしっかり固定されるので、正しい姿勢をキープできます。座面の高さ調整はネジ式なので、高さを変える手間はかかります。座面の下にランドセルを収納できるデザインが増えてきました。



背もたれの高さと座面を同時に調整できて背中にフィット。いつも正しい姿勢で座れます。木製には珍しく、ソフトレザーの座面がカラフル。背もたれ横のプロテクターでキズを防止します。●木製チェア・品番KM56・ナチュラルブルー(他全6色)1万9740円／イトーキ

Part5 人気の学習机メーカーの2010年新製品速報!!

使いやすさを追求し、居住スタイルによってさまざまなスタイルを各メーカーが提案。わが家にぴったりの本当に使いやすい学習机を求めて、新作ラインナップに注目！

カリモク家具

きょうだいでの利用におすすめ
「ユーティリティ 書棚」



シンプルで置き場所を選ばない「ユーティリティ」シリーズ。デスク、ブックスタンドなどのユニット家具で、この中から自分好みにコーディネートしていく楽しさがあります。新製品の書棚は、これまでにありそうでなかった両面使用タイプ。左の写真のように、平机2台にはさみ、きょうだいで使用してみては。●品番QS4082・49,350円・W120×D30×H72.3cm・全3色



★T型（きょうだい使い）スタイル
↑ユーティリティ デスク幅90cm（品番SS3438MS・42,630円）2台に、書棚1台を組み合わせた例。

サブデスクでママと一緒に勉強を！
「ボナシェルタ サイドラック」

机、引き出し、書棚からダイニングテーブルまでを網羅。これらを組み合わせてコーディネートする「ボナシェルタ」シリーズの新製品はサイドラック。低学年のうちはお母さん用のサブデスクや、ランドセル置き場として使い、成長したら机の下のスペースを有効活用する収納ラックに変身。成長とともに使い方を変えられる、便利なアイテムです。※サイドラック単体での使用はできません。●品番ST0572・21,000円・W48.9×D42.4×H68.6cm・全3色



★ママデスクスタイル
↑ボナシェルタ デスク幅110cm（品番ST3578・67,200円）に、ワゴン（品番ST0077・43,050円）、ブックスタンド（品番AT0571・29,400円）と、サイドラックを組み合わせた例。



色も形もロマンチック！
「カントリー エンジェルホワイト」

夢見る女の子必見！ かわいらしいデザインで人気の「カントリー」シリーズに新色のエンジェルホワイトがお目見え。木目を生かしたホワイト塗装で、白木調のフローリングとマッチする色合いに仕上げました。ハートのあしらいが愛らしいデスクは、まるで絵本の世界から抜け出したよう。●デスク（ワゴンつき）・品番SR3200NA-C・111,300円・W110×D70×H72.3cm



★ピンクコーディネート
↑カントリー エンジェルホワイトデスクに、ブックスタンド（品番AR0520NA・32,760円）、スタンドライト（品番KS0090SH・11,550円）、デスクチェア（品番XR2101PA・張地色ピーチピンク・26,250円）を組み合わせた例。



★ブルーコーディネート
→ピンクコーディネートと同様の組み合わせで、スタンドライトはブルー（品番KS0090SH）を、デスクチェアは張地色フローラルブルー（品番XR2101KA）に変えたパターン。

コイズミファニテック

豊富なカラーバリエも魅力！
「ステップアップデスク CDシリーズ」

デスクと書棚を一体化させれば、ギュッとコンパクトな学習机のでき上がり。デスクと書棚をL字形に組み合わせて配列したり、デスクと書棚を隣同士並べたり、書棚の上棚のみをデスク上に配置したり、使い勝手に応じて自由にコーディネート。カラーリングもバリエーション豊富。●品番CDM・105,000円・W95×D69.7×H162／天板高75.5cm・全9色

ピンク





ビビッドブルー　グリーン　ネイビー　パープル

リビングにも似合うコンパクトサイズ
「ステップアップデスク スタイリッシュシリーズ」

さまざまな配置、組みかえが可能な「ステップアップデスク」に、ロータイプのスタイリッシュシリーズが新たに仲間入り。天板の奥行きが49.5cmととってもコンパクトで斬新。また、机上の書棚の位置が低いため圧迫感がなく、リビングに置いてもお部屋にしっくりとなじみそう。●品番LDF・92,400円・W100×D69.7×H106.5／天板高70cm・全3色



ピンク　ホワイト　ブルー

エクステンション機能で長く使える！
「ビーノシリーズ」



★ダブルデスクスタイル
←ビーノ エクステンションデスクに、エクステンションシェルフ（品番BDB-825NS・46,200円）と、リフティングワゴン（品番BDW-828NS・33,075円）、スタンドライト（品番PCL-840・19,740円）2台を組み合わせた例。



伸長時

机も書棚も、横に伸ばして使えるエクステンション機能をそなえた「ビーノ」シリーズ。デスク、シェルフ、ワゴンなど、好みに応じて買い足し、さまざまなレイアウトが可能です。高級感のある、上質な風合いのナラ木材だから、リビングやダイニングにもマッチします。●エクステンションデスク・品番BDD-823NS・45,675円・W110〜155×D62×H73cm・全1色

くろがね工作所

人気のモデルに新素材・新色が追加
「コンポーネントデスク」（新2タイプ）

成長とともにレイアウトを組みかえられる「コンポーネントデスク」は、定番の人気シリーズ。今年はパイン材使用のナチュラル色（Cタイプ）と、MDF材使用のホワイト色（Eタイプ）それぞれに、ハイとミドルの2タイプが追加。棚つきの一般的な学習机スタイルから、写真のようなユニットスタイルにしたり、書棚と机を分離したり、自由に置きかえて。





蝴蝶网 hudie.com

★Cタイプ・ミドルタイプ
・品番CD-CLS102・97,650円
・W125×D100（ユニット時）×H125.5／天板高76cm

★Eタイプ・ハイタイプ
・品番CD-EHS101・104,790円
・W125×D100（ユニット時）×H161／天板高76cm

棚の分割利用で収納力アップ！
「N・ベーシックタイプ」

従来の学習机のフォルムをベースに、棚の分割機能などをプラスした「N・ベーシック」タイプ。コンパクトながら収納力はしっかりというコンセプトのとおり、机上の棚の上棚部分も下棚部分も独立して使え、たくさん収納できる書棚に変化。また、中央の引き出しはフルオープンでき、A3サイズに対応しています。●W100×D68.5×天板高76cm・各全3素材





★ミドルタイプ
・品番KLS・82,215円・H111.5〜127cm

★ハイタイプ
・品番KHS・90,300円・H143.5〜159cm

イトーキ

やさしい雰囲気で置き場所を選ばない
「ユトレヒトリビング」

小柄な子どもにも使いやすいミニマムなデスクが登場。幅95cmとコンパクトで、リビングに置いてもしっくりとおさまる、ナチュラルな雰囲気のデザインも魅力！ 天板の高さは4段階に調節できるので、園児から大人になるまで長い間使えます。バーチ突板の天然木材使用。●品番VS-UF・99,750円・W95×D57.5×H76.1cm・全2色



ナチュラルホワイト



ライトブラウン

ナチュラルホワイトカラーが◎
「カモミール」（2タイプ）

上品で可憐なカモミールの花をイメージした、女の子向けのかわいいデスクがデビュー。狭いお部屋でも無理なく置ける、上棚が低めのロータイプデスクと、スペースに合わせて組み合わせて使えるユニットデスクの2種類。ハートモチーフ＆ナチュラルホワイトの天然木のあたたかみが、入学前の子どもをわくわくさせてくれそう！ ●全1色





★ロータイプデスク
・品番GR-MF22・99,750円
・W100×D60×H124／天板高76cm

★ユニットデスク
・品番GR-UN22・114,450円
・W125×D60×H133.9／天板高76cm

岡村製作所

さまざまな配置が楽しめる
「ファゼル」

置き方しだいで、コンパクトにもワイドにも対応する「ファゼル」。書棚の中にデスクを組み込んでいわゆる棚つき学習机としたり、デスクと書棚、ワゴンをセパレートして使ったりと、バリエーションが楽しめます。写真のようにデスクを囲んで座れるように配置し、みんなで勉強するのも◎。●デスクセット865CDD-W719・149,730円・W106×D70×H120／天板高72cm・全1色



よりよい学習環境を作る工夫がいっぱい！
「アイティア」（3セット）

パネルや棚を加えることで、余計なものから視界をさえぎり、集中力を高めるという新しいコンセプトの学習机が登場。また、パネルに目標や予定をピンナップすることで、やる気を引き出す効果も。その他、3段階に調節可能な天板や整理しやすい棚など、子どもの学習環境をサポートするアイディアがたっぷり。●W110×D60×天板高64〜76cm・各全2色



★上棚セット
・品番865ADE・117,180円・上棚高44cm

天然木のぬくもりと素材感が漂う
「ソラノF」

飾り気をとことん抑えたシンプルな「ソラノ」シリーズ。従来の洗練されたデザインはそのままに、人気の高い無垢材、突板を使用した「ソラノF」がニューモデルとして登場。デスクの奥行きが55cmとコンパクトなので、リビングに置いても違和感なくとけ込みます。天板の高さは5段階に調節可能です。●品番865GHD・149,730円・W100×D55×H76／天板高52〜76cm・全2色



ミディアムアッシュ



ホワイト



★基本セット
・品番865ADD・103,110円
・パネル高（机上面から）33cm



★マルチシェルフセット
・品番865ADM・135,030円
・マルチシェルフ高120cm

蝴蝶网 hudie.com

おいしい新米と旬の素材で！

コウケンテツの秋あじごはん

コモママのみなさん、こんにちは！
6カ月ぶりの登場となりました、
コウケンテツです。実りの秋、食欲の秋
というわけで、今月は、秋の味覚が満載の、
いろんな〝ごはん〟が主役。ところどころで、
ごはんに合う汁レシピも紹介してマス。



肉といもがゴロンと入ってボリューム満点！　オイスターソースでコクのある味。

豚バラと里いもの中華風炊き込みごはん





材料(4人分)

米　2合
豚バラかたまり肉　150g
塩、あらびき黒こしょう　各少々
チンゲンサイ　1株
里いも　6個
A
- しょうゆ　大さじ1½
- オイスターソース　大さじ1½
- ごま油　大さじ1
- 酒　大さじ1
- 赤とうがらしの小口切り　1本分

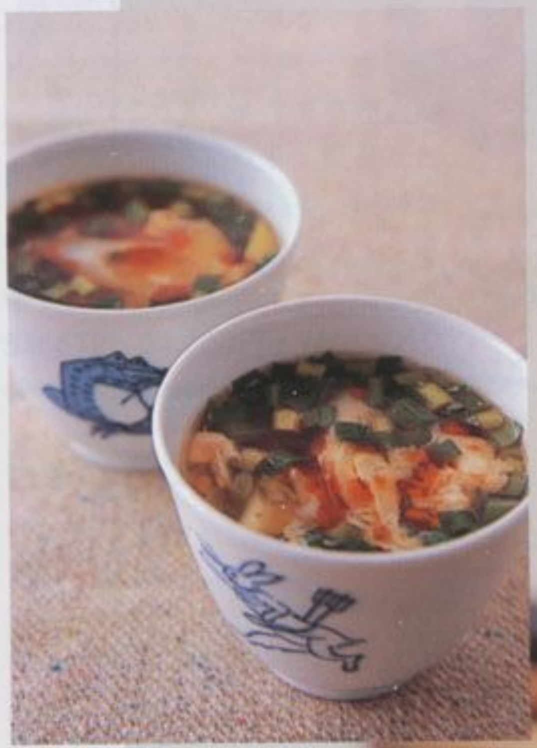
作り方

1. 豚肉は5mm厚さに切ってから、さらに縦半分に切り、塩、あらびき黒こしょうを振る。チンゲンサイは1枚ずつはがし、2cm長さに切る。里いもは皮をむき、半分に切る。
2. 米は洗って炊飯器に入れ、Aを加え、水を2合の目盛りまで入れてさっとまぜる。
3. 2に豚肉、里いも、チンゲンサイの茎をのせ、スイッチを入れて炊く。炊き上がったらチンゲンサイの葉を加え、再びふたをして10分ほど蒸らし、全体をさっくりまぜて器に盛る。

すっぱくて辛い食欲刺激系。子ども用は、とうがらしとラー油抜きで作っても。

にらのサンラータン風スープ

+オススメの汁



材料(4人分)

にら　3〜4本
ねぎ　½本
にんにく　1かけ
しょうが　1かけ
卵　1個
ごま油　大さじ1
A
- 水　2½カップ
- 赤とうがらし　2本
- 酒　½カップ
- しょうゆ　大さじ1½
- 砂糖　小さじ½
- 塩　小さじ½

塩、あらびき黒こしょう　各適量
酢　大さじ2
ラー油　適量

作り方

1. にらは小口切りにし、ねぎは斜め切りにする。にんにく、しょうがはみじん切りにする。
2. フライパンにごま油を熱し、にんにく、しょうがを炒めて香りを出す。Aを加え、煮立ったら、ねぎを加えて2分ほど煮る。塩、あらびき黒こしょうで味をととのえ、酢を加えてまぜる。
3. 卵をときほぐして2に回し入れ、ふわっと固まったらにらを加え、火を止める。器に盛り、あらびき黒こしょう、ラー油を振り入れる。

撮影／宗田育子　スタイリング／しのざきたかこ　取材・文／藤岡美穂

炊き込みごはん

お米と具を炊飯器に入れたら、あとはいつもどおり、スイッチを入れて炊くだけ。肉や魚や野菜のうまみが、ごはんにしみ込んでおいしいデス。





さんまをまんま、ドーンとのっけて炊いちゃいました。おこげもイイ感じ！

さんまの炊き込みごはん

材料(4人分)

米　2合
さんま　2尾
サラダ油　大さじ1
A ┌酒　大さじ2
　│みりん　大さじ2
　└しょうゆ　大さじ2
だし汁　適量
万能ねぎ　3～4本
いり白ごま　大さじ2

作り方

1. さんまは腹わたを除いてよく洗い、長さを半分に切る。
2. フライパンにサラダ油を熱し、1の両面をこんがり焼く。
3. 米は洗って炊飯器に入れ、Aを加え、だし汁を2合の目盛りまで加えてさっとまぜる。2をのせ、スイッチを入れて炊く。
4. 炊き上がったら器に盛り、万能ねぎを小口切りにして散らし、ごまを振る。



Point

魚の生ぐささを消して香ばしく炊き上げるために、さんまはフライパンで両面をこんがり焼いてから炊飯器へ。

ミルクやバターを加えて炊いたごはんに、ほんのり甘いさつまいもが◎

さつまいもと鶏肉の炊き込みピラフ

材料(4人分)

米　2合
鶏もも肉　1枚
塩、あらびき黒こしょう　各適量
さつまいも（細めのもの）　1本
玉ねぎ　½個
にんにく　1かけ
サラダ油　少々
A ┌牛乳　1カップ
　│塩　小さじ⅔
　│あらびき黒こしょう　少々
　└バター　10g
パセリのみじん切り　大さじ2



作り方

1. 鶏肉は一口大に切り、塩、あらびき黒こしょうを振る。さつまいもはよく洗い、皮つきのまま1cm厚さの輪切りにする。玉ねぎ、にんにくはみじん切りにする。
2. フライパンにサラダ油を熱し、鶏肉をこんがり炒める。玉ねぎ、にんにくを加えてしんなりするまで炒め、さつまいもを加えてさっと炒め合わせる。
3. 米は洗って炊飯器に入れ、Aを加え、水を2合の目盛りまで入れてさっとまぜる。2を広げてのせ、スイッチを入れて炊く。
4. 炊き上がったらパセリを加え、全体をさっくりまぜ、あらびき黒こしょうを振る。



Point

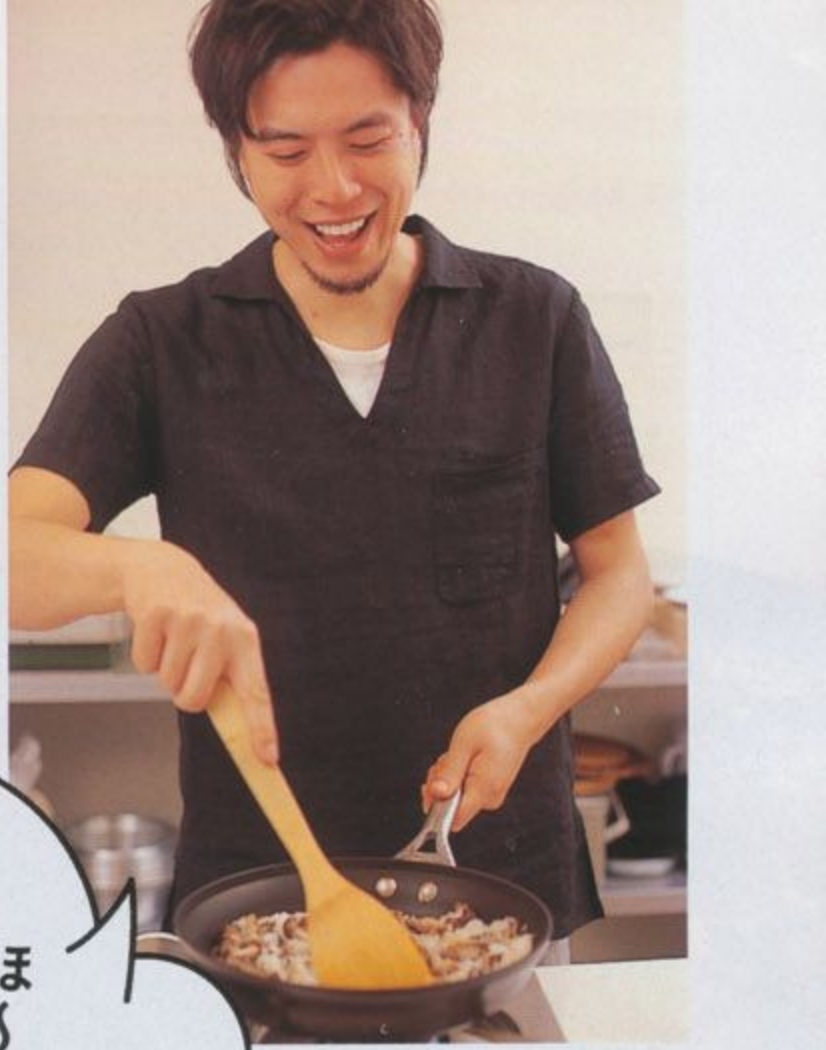
米を牛乳＋水で炊いて、子どもも喜ぶマイルドな味に。鶏肉とさつまいものうまみも加わって、絶妙のおいしさ！



プロフィール　大阪生まれ、料理研究家。韓国出身の母・李映林さんが主宰する料理教室でアシスタントを務めた後、独立。韓国家庭料理をベースにしたメニューをはじめ、おいしくてカンタンで体にやさしいレシピを幅広く紹介し、テレビや雑誌、イベントなどで大活躍。今年の春に結婚し、私生活もますます充実。『コウケンテツの低カロ野菜レシピ』(学研)、『僕が韓国料理を作る理由』(NHK出版)など、著書も多数。イベント情報などは「コウケンテツのホームページ」http://www.kohkentetsu.com/でお知らせしています。

蝴蝶网
hudie.com

ほ〜ら、
イイにおいが
してきたでしょ?



炒めごはん

具を炒めたとこに、ごはんを加え、ササッと
炒め合わせて完成。4人分いっぺんに炒めるのは
ちとムズカシイので、ここのみレシピは2人分です。

3種類のきのこをどっさり使って、
味よし！香りよし！カラダによし!!

きのこの炒めごはん

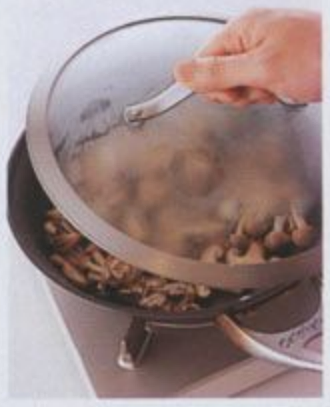
材料(2人分)

あたたかいごはん　茶わん2杯分
しいたけ　4枚
まいたけ　1パック
しめじ　小1パック
ごま油　大さじ1
酒、すり白ごま　各大さじ2
しょうゆ　大さじ1
すだち　1個



作り方

1. しいたけは石づきを除いて薄切りにし、まいたけはかたい部分を除いてほぐす。しめじは石づきを除いてほぐす。
2. フライパンにごま油を熱して1をさっと炒め、酒を振ってふたをし、2分ほど蒸し焼きにする。
3. ごはんを加えてほぐしながら炒め合わせ、しょうゆをなべ肌から回し入れ、全体にからめる。ごまを振ってまぜ、器に盛り、すだちを半分に切って添える。



Point

酒を振って蒸し焼きにすることで、きのこのうまみが引き出されて深〜い味わいに。香りもグンとよくなります。

+オススメの汁

シンプルなきのこの炒めごはんには、
肉も加えた具だくさんの汁で栄養もバッチリ。

カンタン豚汁

材料(4人分)

豚こまぎれ肉　100g
れんこん　½節
にんじん　½本
万能ねぎ　2本
だし汁　3カップ
みそ　大さじ3
七味とうがらし　適量

作り方

1. れんこん、にんじんは、皮をむいて一口大の乱切りにする。万能ねぎは5cm長さに切る。
2. なべにだし汁、にんじん、れんこん、豚肉を入れて煮立て、アクをとり、弱火にして7〜8分煮る。
3. みそをとき入れてひと煮立ちさせ、万能ねぎを加えてまぜる。器に盛り、七味とうがらしを振る。



蝴蝶网
hudie.com

ごぼうの香りと牛肉のうまみがからんだ、オトナも子どもも大好きな味。

牛肉とごぼうの甘辛炒めごはん

材料(2人分)
あたたかいごはん　茶わん2杯分
牛薄切り肉　120g
ごぼう　½本
酢　少々
にんじん　½本
にら　2〜3本
にんにく　1かけ
しょうが　1かけ
ごま油　大さじ1
塩　少々
A
- しょうゆ　大さじ1
- 砂糖　大さじ1
- 酒　大さじ1
- いり白ごま　大さじ1





蝴蝶网 hudie.com

作り方
1. ごぼうは皮をこそげとり、斜め薄切りにしてから細切りにする。酢を加えた水にさっとつけ、水けをきる。にんじんは皮をむいて細切りにする。にらは3〜4cm長さに切る。にんにく、しょうがはすりおろす。
2. フライパンにごま油大さじ½を熱し、にんじんをさっと炒め、塩を振ってとり出す。
3. 2のフライパンにごま油大さじ½を足してごぼうを炒め、油が回ったら、牛肉を加えて色が変わるまで炒める。
4. にんにく、しょうが、Aを加えて炒めながらからめ、ごはんを加え、ほぐしながら炒め合わせる。にんじん、にらを加えてさっとまぜ、器に盛る。

具がぎっしりのごちそうごはん♡　魚介のエキスをたっぷり含んでスッゴク美味！

魚介とマッシュルームのパエリア風炒めごはん

材料(2人分)
あたたかいごはん　茶わん2杯分
むきえび　8尾
塩、あらびき黒こしょう　各少々
あさり(砂抜き)　150g
マッシュルーム　4個
玉ねぎ　¼個
にんにく　1かけ
サラダ油　大さじ1
A
- トマトケチャップ　大さじ2
- ウスターソース　大さじ1
- バター　10g
- 酒　大さじ1

粉チーズ　大さじ2
レモンのくし形切り　2切れ





作り方
1. えびは背わたをとって洗い、塩を振る。マッシュルームは石づきを除き、縦半分に切る。玉ねぎ、にんにくはみじん切りにする。
2. フライパンにサラダ油を熱し、玉ねぎ、にんにくを炒める。しんなりしたら、ごはんを加えてほぐしながら炒め、えび、マッシュルームを加え、えびの色が変わるまで炒める。
3. Aを加えて炒めながらからめ、あさりをのせてふたをし、弱火にして2分ほど蒸し焼きにする。
4. あさりの殻が開いたらあらびき黒こしょうを振って全体をまぜ合わせ、器に盛り、粉チーズを振り、レモンを添える。

まぜごはん

白メシに具をまぜるだけの、これまたカンタンで楽しいごはん。メイン素材に合わせて、香味野菜をいろいろ加えるのが、ボク的には好き。

こんがり焼けたさばに、梅やしそがピッタリ！
魚が苦手な子も、これなら食べられそう。



焼きさばと梅のまぜごはん

材料(4人分)

- あたたかいごはん　茶わん4杯分
- さば(三枚におろしたもの)　½尾分
- 梅干し　大2〜3個
- 青じそ　10枚
- ごま油　大さじ1
- A
  - 酒　大さじ2
  - みりん　大さじ2
  - しょうゆ　大さじ2
- いり白ごま　大さじ2

作り方

1. さばは2cm幅に切る。梅干しは種を除き、包丁でたたく。青じそは細切りにする。
2. フライパンにごま油を熱し、さばを皮を下にして並べ入れる。焼き色がついたら裏返してさっと焼き、フライパンの汚れをペーパータオルでふきとり、Aを加えてからめる。
3. ボウルにごはんを入れ、2を汁ごと加えてまぜ合わせる。梅干し、青じそ、ごまを加え、さっくりまぜて器に盛る。



Point
さばは皮のほうをしっかり焼くと、香ばしく仕上がります。調味料を加える前に、フライパンの汚れをふいて。



コレ、ごまも入れたらおいしいかも…



+オススメの汁

長いもとねぎを焼いてから煮るのがミソ！
秋らしい、やさしい味の汁おかずです。

長いものみそ汁

材料(4人分)

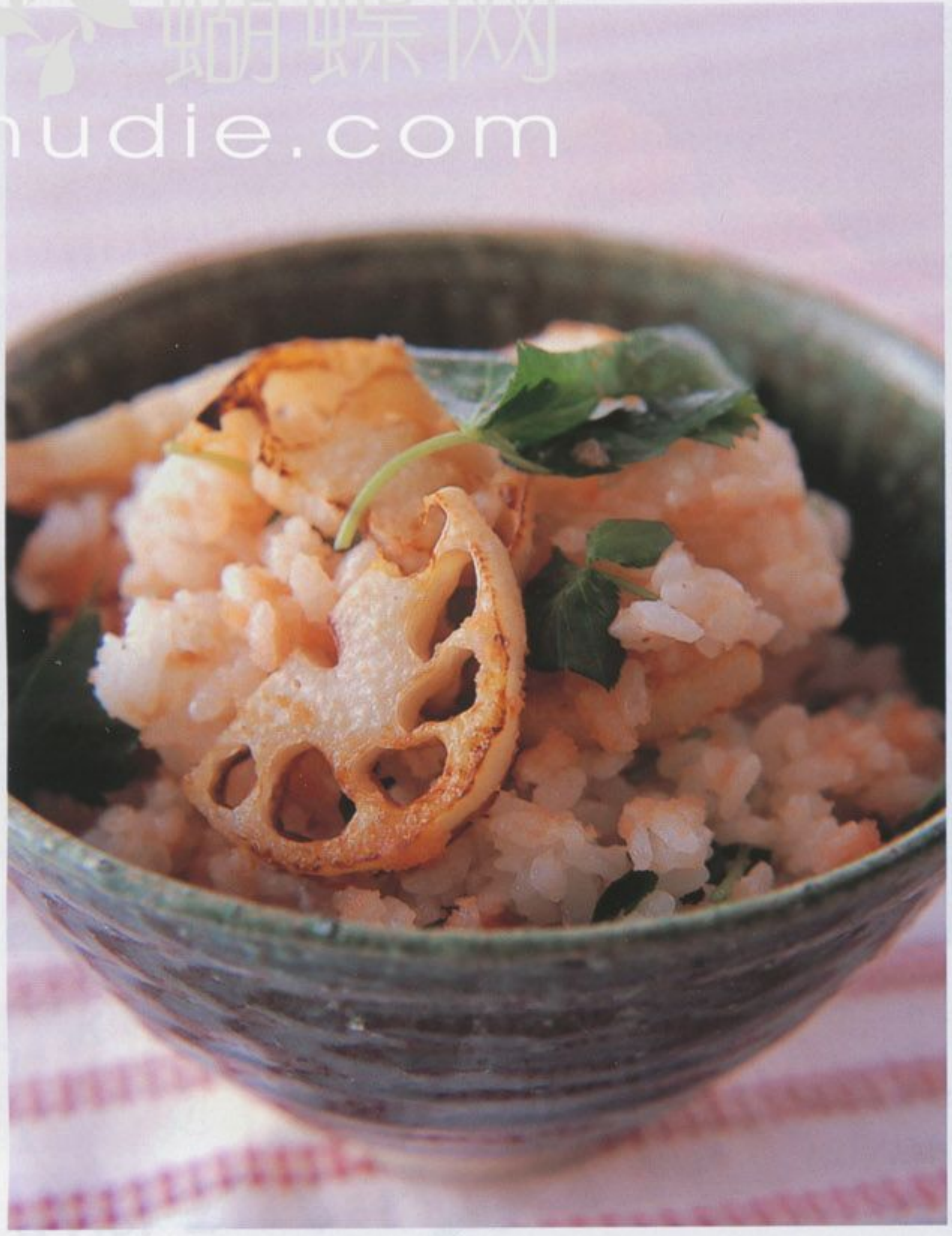
- 長いも　150g
- 油揚げ　½枚
- ねぎ　1本
- ごま油　大さじ1
- だし汁　3カップ
- みそ　大さじ3

作り方

1. 長いもは皮をむき、1cm厚さの半月切りにする。油揚げは1cm幅に切り、ねぎは3cm長さに切る。
2. フライパンにごま油を熱し、長いも、ねぎを並べ入れ、強火で両面をこんがり焼く。
3. 2にだし汁を加えて煮立て、油揚げを加えて2分ほど煮る。みそをとき入れ、ひと煮立ちさせて器に盛る。

蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com



ごま油で焼いたれんこんが甘く香ばしく、
シャキシャキと心地よい食感も楽しめます。

れんこんと明太子のまぜごはん

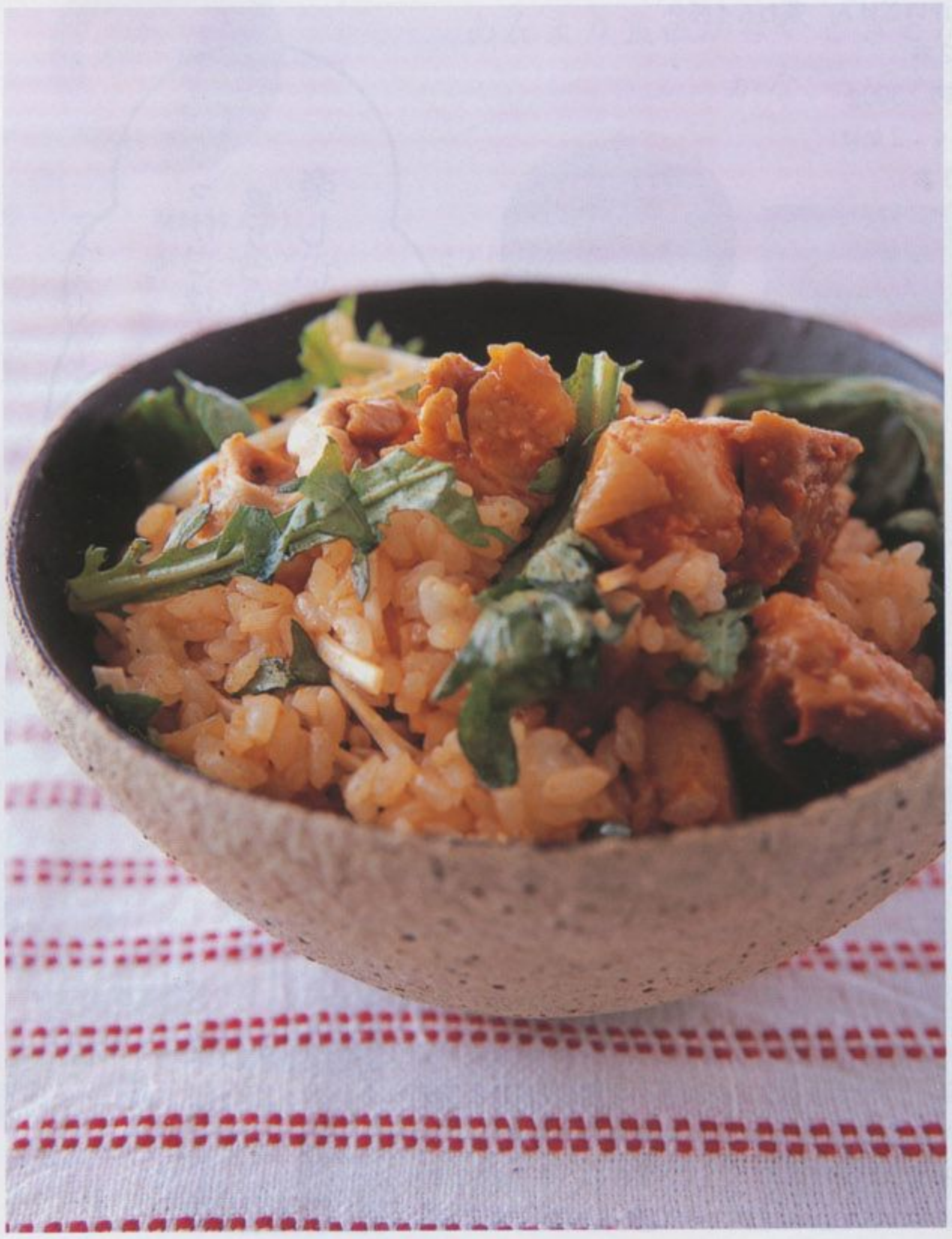
材料(4人分)

あたたかいごはん　茶わん4杯分
れんこん　1節
明太子　1腹
三つ葉　2株
ごま油　大さじ1
塩、あらびき黒こしょう　各適量



作り方

1. れんこんは皮をむいて1cm厚さの半月切りにする。明太子は薄皮を除く。三つ葉は3cm長さに切る。
2. フライパンにごま油を熱し、れんこんを並べ入れて両面をこんがり焼き、塩、あらびき黒こしょう各少々を振る。
3. ボウルにごはんを入れ、明太子、2、三つ葉を加えてまぜ合わせる。



コチュジャンやみそをからめた鶏肉に、
しゅんぎくとねぎも加えた、食欲そそる韓国風デス。

ピリ辛チキンとしゅんぎくのまぜごはん

材料(4人分)

あたたかいごはん　茶わん4杯分
鶏もも肉　1枚
しゅんぎく　4本
ねぎ　10cm
塩、あらびき黒こしょう　各少々
酒　大さじ2

A
- みそ　大さじ2
- コチュジャン　大さじ2
- ごま油　小さじ2
- 砂糖　小さじ2
- 酢　小さじ2
- すり白ごま　小さじ2



作り方

1. 鶏肉は余分な脂を切りとり、身の厚い部分には数本切り目を入れ、皮は包丁の先でところどころ刺す。塩、あらびき黒こしょうを振って耐熱皿に入れ、酒を振り、ラップをかけて電子レンジ(600W)で3～4分加熱する。
2. しゅんぎくは3～4cm長さに切る。ねぎは5cm長さのせん切りにし、水にさらし、水けをきる。
3. 1を食べやすい大きさに切ってボウルに入れ、Aを加えてからめる。
4. 別のボウルにごはんを入れ、3、2を順に加えてまぜ合わせる。



Point
レンジでチンした鶏肉を、コチュジャンベースの調味料であえます。好みでコチュジャンの量をかげんしてください。

秋鮭のから揚げのっけごはん

鮭は粉を多めにつけてバリッと揚げ、大根おろし&酢じょうゆでどーぞ！

材料(4人分)
あたたかいごはん　茶わん4杯分
生鮭　4切れ
A
- 酒　大さじ2
- しょうゆ　大さじ2
- しょうがのすりおろし　2かけ分



大根　300g
青じそ　2〜3枚
しょうが　2かけ
かたくり粉、揚げ油　各適量
酢　大さじ3
しょうゆ　大さじ3

作り方

1 鮭は一口大のそぎ切りにし、Aをからめて5分ほどおく。
2 大根はすりおろし、ざるに入れて軽く汁けをきる。青じそはみじん切りにし、大根おろしとまぜ合わせる。しょうがはすりおろす。
3 1にかたくり粉をしっかりまぶし、中温に熱した揚げ油で2分ほどこんがり揚げ、油をきる。
4 器にごはんを盛り、3をのせて2を添え、酢としょうゆをまぜ合わせてかける。



好きなおかずを、ごはんにガツンとのっけ盛り。
別々に盛って食べるより、なんとなくおいしく
感じるのは、きっとボクだけではないはず…。

のっけごはん



なすの肉みそあんかけごはん

甘辛味の肉みそが、やわらかい秋なすにも、新米のふっくらごはんにもよく合います。

材料(4人分)
あたたかいごはん　茶わん4杯分
なす　2本
豚ひき肉　300g
にんにく　2かけ
ねぎ　1本
みょうが　2個
ごま油　適量
A
- みそ　大さじ5
- 砂糖　大さじ2
- 酒　大さじ3
- 水　½カップ

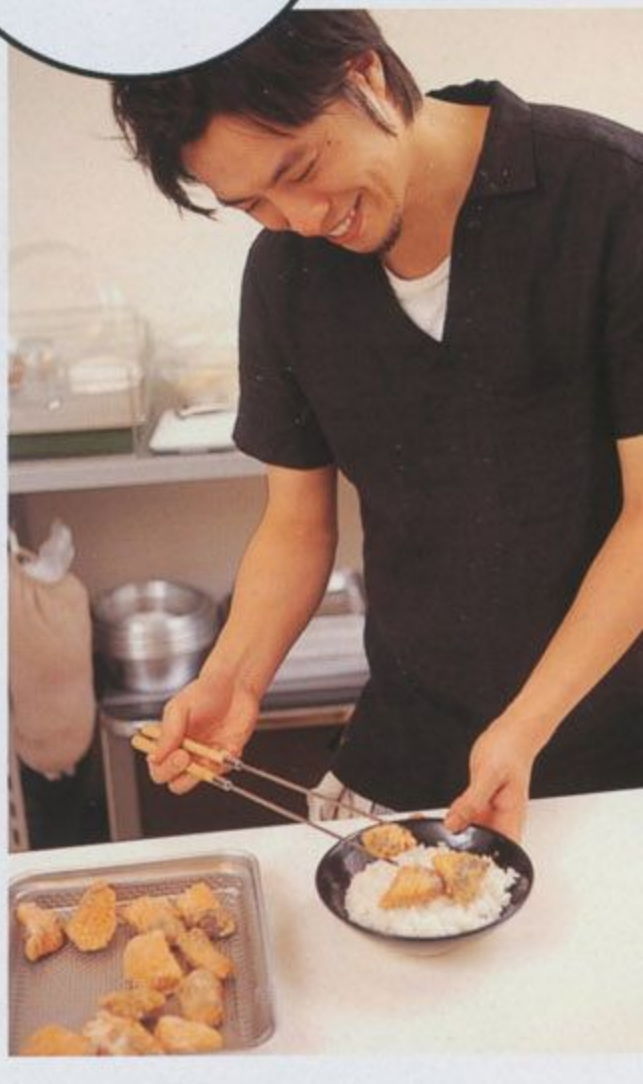
かたくり粉　小さじ1



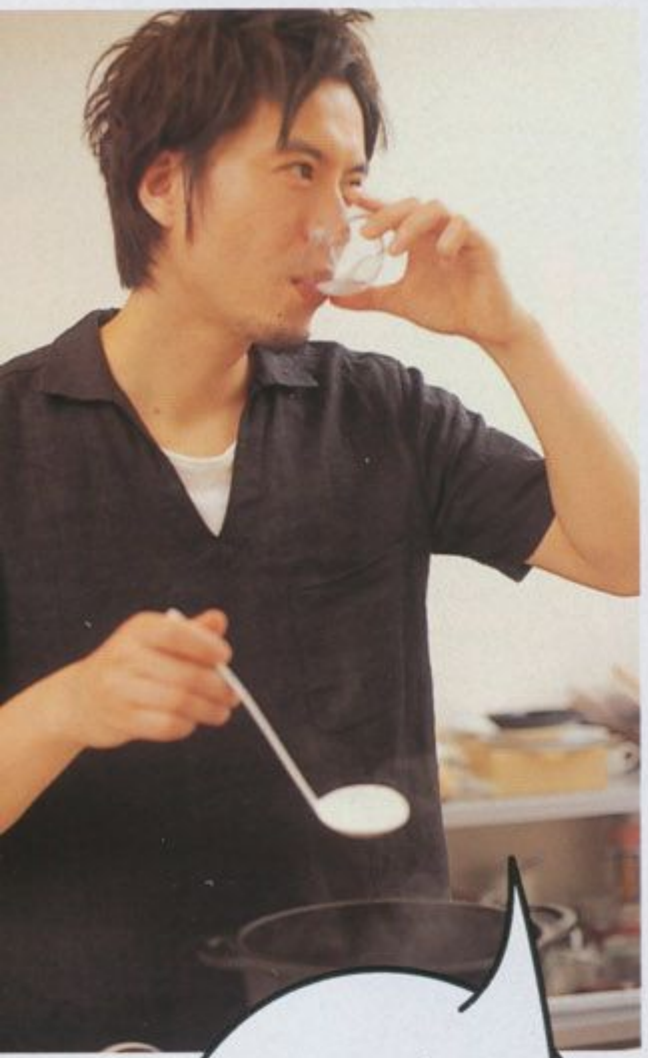
のっけごはんは、
盛りつけも
楽しいデス

作り方

1 ねぎ½本は5cm長さのせん切りにし、水にさらし、水けをきる。みょうがは縦半分に切ってから、縦に薄切りにする。
2 残りのねぎ、にんにくはみじん切りにする。なすはへたを切り落とし、縦8つに切る。
3 Aをまぜ合わせておく。
4 フライパンにごま油大さじ2を熱し、なすをこんがり焼き、いったんとり出す。
5 4のフライパンにごま油少々を弱火で熱し、ひき肉を加えてほぐしながら炒める。色が変わったら、にんにく、ねぎのみじん切りを加えてさっと炒め、3を加えてまぜ、軽く煮詰める。
6 かたくり粉を水小さじ2でといて5に回し入れ、手早くまぜてとろみをつけ、なすを加えてさっとまぜる。
7 器にごはんを盛り、6をのせ、1を添える。



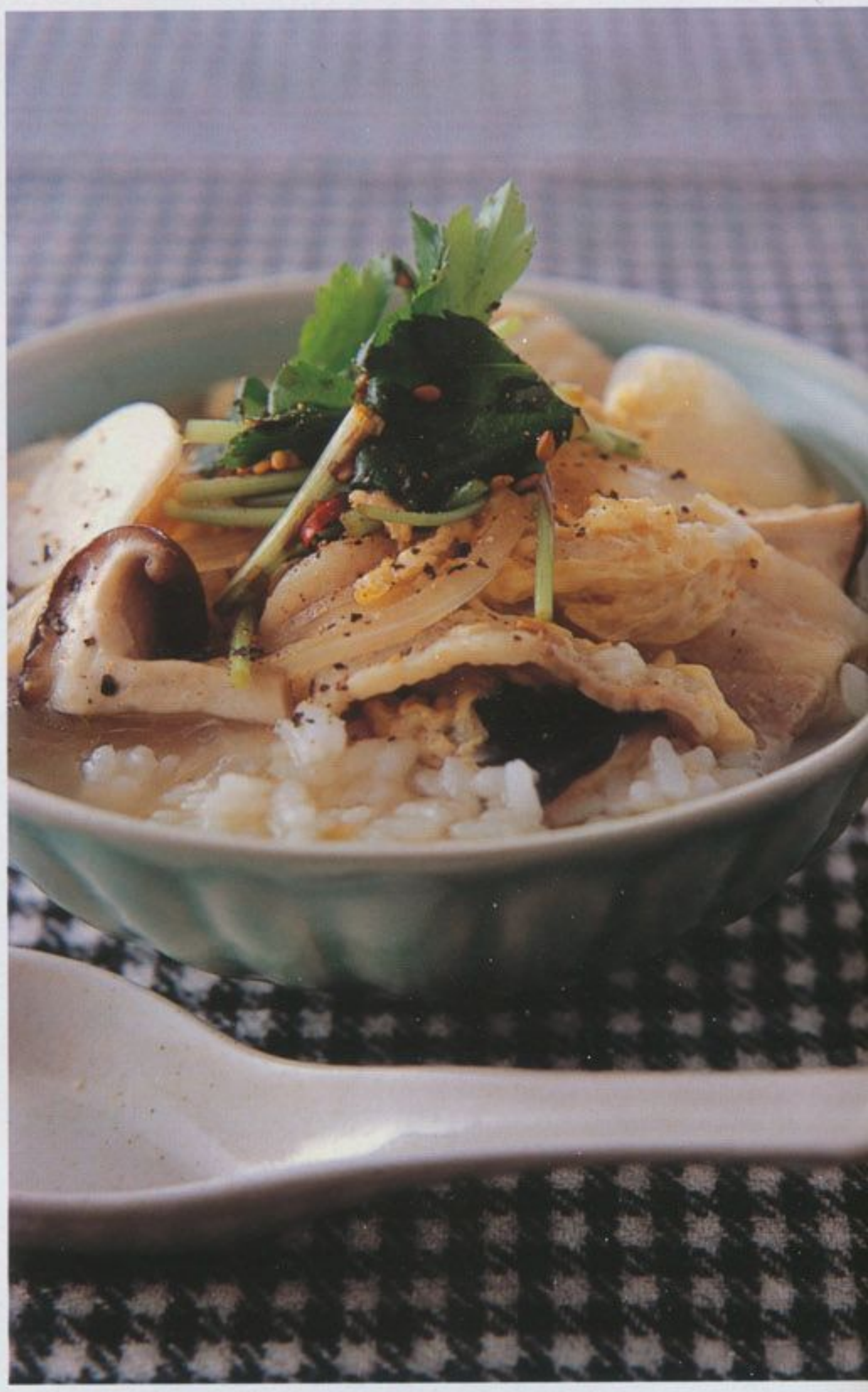
蝴蝶网
hudie.com



味見のときだけは(?!)いつも真剣…
よしOK

豚肉としいたけの卵とじスープごはん

豚肉と野菜から出るうまみをいかして、スープのもとなどは使わずやさしい味に。



材料(4人分)

- あたたかいごはん　茶わん4杯分
- 豚バラ薄切り肉　200g
- 塩　適量
- あらびき黒こしょう　少々
- しいたけ　4枚
- 玉ねぎ　½個
- にんにく　2かけ
- 三つ葉　1株
- A
  - しょうゆ　大さじ2
  - いり白ごま　大さじ1
  - 赤とうがらしの小口切り　1本分
- 卵　2個
- B
  - 水　4カップ
  - 酒　½カップ
  - 塩　小さじ⅔
- しょうゆ　大さじ1
- みりん　大さじ1

作り方

1. 豚肉は長さを4つに切り、塩少々、あらびき黒こしょうを振る。しいたけは石づきを除き、縦4つに切る。玉ねぎは薄切りにする。にんにくは薄切りにし、芯をとる。
2. 三つ葉は2cm長さに切り、Aとまぜ合わせる。
3. なべにBを入れ、豚肉、にんにくを加えて火にかける。煮立ったらアクをとって5分ほど煮、玉ねぎ、しいたけを加えて、さらに5分ほど煮る。
4. しょうゆ、みりんを加え、塩で調味し、卵をときほぐして回し入れ、ふわっと固まったら火を止める。
5. 器にごはんを盛り、4をかけ、2をのせる。



スープごはん

サラサラッと食べられるスープごはんは、あんまり食欲がないときとか、ちょっと疲れてるかな、ってときにもオススメです。



いかとじゃがいものスープカレーごはん

生トマトベースのサラッとしたカレーに、いかのうまみがとけ出ておいしい！

材料(4人分)

- あたたかいごはん　茶わん4杯分
- いか　1ぱい
- 塩、あらびき黒こしょう　各適量
- 玉ねぎ　½個
- トマト　2個
- じゃがいも　2個
- にんにく　2かけ
- しょうが　2かけ
- サラダ油　大さじ3
- カレー粉　大さじ2
- A
  - 水　4カップ
  - 酒　½カップ
  - 塩　小さじ½
- しょうゆ　大さじ2
- みりん　大さじ2

作り方

1. いかの胴はわたと軟骨を除いて1cm幅の輪切りにし、足は口と吸盤を除いて食べやすく切り、塩、あらびき黒こしょうを振る。
2. 玉ねぎはくし形に切り、トマトはへたを除いて1cm角に切る。じゃがいもは皮をむいて一口大に切る。にんにく、しょうがはみじん切りにする。
3. フライパンにサラダ油大さじ1を熱し、にんにく、しょうがを炒めて香りを出す。サラダ油大さじ2を足し、1、カレー粉を加えて炒め、トマトを加えてへらなどでつぶしながら炒める。じゃがいもを加えてさっと炒め、Aを加え、煮立ったら玉ねぎを加えて10分ほど煮る。
4. しょうゆ、みりんを加え、塩、あらびき黒こしょうで味をととのえる。器に盛り、別の器にごはんを盛って添える。



hudie.com

子どもが張り切ってお手伝い！

わが家のギョーザはおいしいね



ひき肉&キャベツたっぷりだから



祐成二葉先生
（すけなり・ふたば）

アイデアとオリジナリティーあふれる料理で、本誌でも人気の料理研究家。昨年12月に長男を出産し、仕事とママ業に奮闘する日々。「おなじみのギョーザにプラス素材で、味も食感も違うギョーザに変身します。バリエも楽しんで！」

**みんなで一緒に作って食べたい料理№1は、なんといってもギョーザ！
たねを皮に包む作業は、おままごとや工作気分で親子でチャレンジ！
みんなで楽しく作りながら、知らず知らずにお手伝いしてもらえます。
家で作れば具のバリエもいろいろ。さあ今日は、ギョーザパーティーしよう！**

料理／祐成二葉
撮影／岡本真直
スタイリング／板橋きよ美
モデル／中村晶子・心勇・うた（コモモデルファミリー）
取材・文／杉山伸子



たれのバリエーション
（各1人分）



酢[illegible]うゆ
[illegible]大さ[illegible]
[illegible]うゆ[illegible]さじ1
ギョーザに[illegible]ずこれで。[illegible]ぱりとおなし[illegible]の味わい、大人はお[illegible]でラー油をたら[illegible]て。

レモン[illegible]
レモン汁大さじ1＋
[illegible]少々
[illegible]シンプルな組み合わせです[illegible]レモンの酸味が効いていて、さっぱりの[illegible]にも[illegible]ンチあり[illegible]

オイスターだれ
オイスターソース大さじ1＋
黒酢小さじ1
甘みとうまみが効いたしっかり味のたれ。黒酢でやさしい酸味をプラス。

マヨカレー
マヨネーズ大さじ3＋
カレー粉小さじ½
大人気まちがいなしの組み合わせ！　香辛料のスパイシーな風味にマヨのコクがやみつき！

韓国だれ
コチュジャン、酢各大さじ1＋
すり白ごま小さじ1
ちょっと大人向けにピリ辛たれも用意したいときに。コチュジャンがなければ七味とうがらしでも。

蝴蝶网
hudie.com



蝴蝶网
hudie.com

基本の焼きギョーザ

材料
（24個、約4人分）



キャベツ……大3枚（150ｇ）
にら……1束（80ｇ）
塩……小さじ$\frac{1}{2}$
豚ひき肉……150ｇ
A
- しょうが（みじん切り）……1かけ分
- にんにく（みじん切り）……2かけ分
- ごま油、酒……各大さじ1
- しょうゆ、オイスターソース……各小さじ1

ギョーザの皮……1袋（24枚）
サラダ油……大さじ1
ごま油……小さじ1

1 野菜の下ごしらえ
キャベツとにらを刻んで塩もみ



キャベツとにらはあらめのみじん切りにする。これをボウルに入れ、塩を加えて手でもみまぜる。しんなりして水けが出てきたらＯＫ。水けを軽くしぼる。



お手伝いポイント！
キャベツを1枚ずつはがす作業をお願いしましょう。みじん切りにするので、葉がちぎれてしまっても大丈夫です！

2 まぜる
ひき肉と野菜、調味料をまぜ合わせて



別のボウルに豚ひき肉とＡの材料を合わせ、粘りが出るまで十分にまぜ合わせます。手を泡立て器のようにしてぐるぐるとかきまぜるのがコツですよ！

お手伝いポイント！
水けをしぼったキャベツとにらを入れるお手伝いを。大きめのスプーンで1杯ずつ、こぼさないように入れられるかな。ママはそのつどぐるぐるかきまぜてください。



3 包む
ギョーザ作りでいちばん楽しい作業です



皮を広げて手のひらにのせ、中央にギョーザのたね適量（ティースプーン1杯強を目安）をのせ、皮の円周に水をつけます。



半分に折りながら、2～3カ所ひだを寄せて包みます。ひだが上手にできないときはペタンと貼りつけてもＯＫですよ！



お手伝いポイント！
一緒にワイワイ作れるのがギョーザのいいところ。ママのお手本をまねして作ったり、それぞれ好きな形にしたり…。自分だけのマイギョーザを楽しんでください！



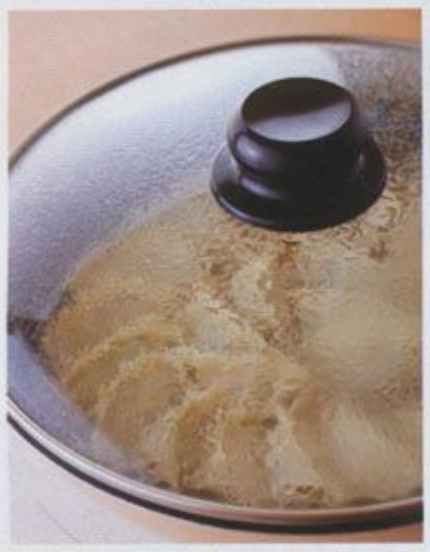
4 焼く
焼き目をつけてから蒸し焼きにして



フライパンを熱してサラダ油を引き、ギョーザを並べます。強めの中火で2～3分焼いて、まずこんがりとした焼き目をつけましょう。ひとつ裏返して必ずチェックを！



焼き目を確認したら、水$\frac{1}{2}$カップほどを全体に注ぎ入れます。



すぐに蓋をして蒸し焼きに。水がほとんどなくなるまで、中火で3～4分が目安です。



蓋をとり、ごま油をなべ肌から全体にたらします。火を少し強め、ときどきフライパンをゆすりながら水けを完全に飛ばすように焼きます。焼き上がるとギョーザは自然とフライパンからはがれてきますよ。火を止め、皿をかぶせた状態でフライパンをひっくり返すとくずれずに盛りつけられます。

羽根つきギョーザにするには



水1カップに小麦粉大さじ1をといたものを、水のかわりに入れてください。同じように蒸し焼きにしますが、水だけのときより加熱時間を長め、4～5分を目安に。蓋をとってごま油をたらしたあとは、羽根部分が乾燥してチリチリと端が浮き上がってくるまで焼くのがコツです。



みんな大好き！
焼きギョーザバリエ

基本の焼きギョーザのたねに素材をプラス。いつものギョーザがアイデアギョーザに変身！　包み方もひと工夫すれば見た目もグッド！











1個にえび1尾だから、見た目もゴージャス！

丸ごとえびギョーザ

基本＋



蝴蝶网
hudie.com

材料（24個分）

基本のギョーザたね
……（135ページ参照）全量
えび……24尾
塩、こしょう……各少々
ギョーザの皮……1袋（24枚）

作り方

1 えびは背わたを抜いて尾を残して殻をむき、塩、こしょうを振る。
2 ギョーザの皮に基本のギョーザたねをのせ、えびをのせて、尾が見えるように包む。
3 135ページの基本ギョーザを参照して焼く（両面に焼き色をつけてから蒸し焼きにする）。

韓国風アレンジで、さらに野菜がたっぷり。辛味はマイルドです

にんじんナムルとキムチの一口ギョーザ

基本＋＋

材料（24個分）

基本のギョーザたね
……（135ページ参照）½量
にんじん……3㎝（50ｇ）
ごま油……小さじ1
A（砂糖、しょうゆ、すり白ごま
……各小さじ½）
キムチ（あらみじん切り）……大さじ6
ギョーザの皮……1袋（24枚）

作り方

1 にんじんは皮をむいてせん切りにし、ごま油を引いたフライパンでしんなりするまでいため、Aを加えて味つけする。
2 1のあら熱をとってから基本のギョーザたねに加えてまぜる。
3 ギョーザの皮に2をのせ、キムチをのせて包み、両端を折って一口サイズにする。
4 135ページの基本ギョーザと同様に焼く。



れんこんの歯ざわりと青じその香りがアクセント

和風棒ギョーザ

基本 ＋ ＋ ＋



材料（12個分）
基本のギョーザたね
……（135ページ参照）½量
れんこん……60 g
しいたけ……2枚
青じそ……12枚
ギョーザの皮……12枚

作り方
1 れんこんは皮をむいてあらみじんに切る。しいたけも軸を除いてあらみじんに切る。
2 1を基本のギョーザたねに加えてよくまぜる。
3 ギョーザの皮に青じそ1枚、2を順にのせ、両端を折って棒状に包む。
4 135ページの基本ギョーザを参照して焼く（閉じ口を下にして並べ、焼き色がついたら水¼カップを加えて蒸し焼きにする）。

四角に包んで。表面につけたごまが香ばしい

大根もちギョーザ

基本 ＋ ＋



材料（24個分）
基本のギョーザたね
……（135ページ参照）½量
大根……100 g
塩……小さじ¼
かたくり粉……小さじ1
ギョーザの皮……1袋（24枚）
いり白ごま……大さじ2

作り方
1 大根は皮をむいてせん切りにし、塩を加えてよくもみ、水けをしぼる。
2 基本のギョーザたねに1を加え、かたくり粉を振ってよくまぜる。
3 ギョーザの皮に2をのせて四すみを折って四角に包み、表面に水少々をつけてごまをつける。
4 135ページの基本ギョーザを参照して焼く（両面に焼き色をつけてから蒸し焼きに）。

トマトとチーズで洋風ギョーザに早変わり

イタリアントマトギョーザ

基本 ＋ ＋ ＋

材料（24個分）
基本のギョーザたね
……（135ページ参照）½量
イタリアンパセリ（みじん切り）
……大さじ2
トマト……¼個
パルメザンチーズ……大さじ2
ギョーザの皮……1袋（24枚）

作り方
1 トマトはへたを除いて小さめの角切りにし、基本のギョーザたねに加え、イタリアンパセリも加えてよくまぜる。
2 ギョーザの皮に1をのせ半分に折って包む。
3 135ページの基本ギョーザを参照して焼く（両面に焼き色をつけてから蒸し焼きにし、ごま油をオリーブ油にかえる）。
4 器に盛り、パルメザンチーズを振る。



プラス素材でうまみとコクがぐんとアップします

ほたてチーズのおまんじゅうギョーザ

基本 ＋
＋



材料（12個分）
基本のギョーザたね
……（135ページ参照）½量
ほたて水煮（缶詰）……30 g
プロセスチーズ……40 g
ギョーザの皮……12枚

作り方
1 ほたて水煮は水をきり、ほぐして基本のギョーザたねに加えてよくまぜる。
2 ギョーザの皮に1をのせ、1㎝の角切りにしたチーズを2個ずつのせ、四方から寄せて丸く包み、端部分は押して軽くつぶしてくっつける。
3 135ページの基本ギョーザを参照して焼く（両面に焼き色をつけてから蒸し焼きにする）。

蝴蝶网
hudie.com



蝴蝶网
hudie.com

やわやわフルフルのおいしさを召し上がれ！

とうふと鶏ひき肉のアジアン水ギョーザ



材料（4人分）

●ギョーザのたね

- 木綿どうふ……100ｇ
- 鶏ひき肉……100ｇ
- しょうが（みじん切り）……1かけ分
- A
  - みそ……小さじ1
  - 酒……大さじ½
  - ねぎ（みじん切り）……大さじ4
  - ごま油……小さじ1
  - 豆板醤（トウバンジャン）……小さじ¼
- ギョーザの皮……24枚
- 煮干しだし……1ℓ
- ナンプラー……大さじ2
- レモン汁……大さじ2
- チンゲンサイ……2株

作り方

1 とうふはキッチンペーパーに包み、皿などの軽い重しをのせて20分ほどおいて水きりをする。

2 ボウルに鶏ひき肉を入れ、しょうが、Aの調味料を加えて粘りけが出るまでまぜる。1のとうふを加え、つぶしながらよくまぜ合わせる。

3 ギョーザの皮に2をのせ、花形に包む（右参照）。これをたっぷりの熱湯に入れてゆでる。とり出したら続けて縦4等分に切ったチンゲンサイもゆでる。

4 別のなべに煮干しだしを沸かし、ナンプラー、レモン汁で味つけをして、3のギョーザとチンゲンサイを入れてさっとあたためる。

中身はじゃがいも！　ねっちりの食感が楽しい

ニョッキ風水ギョーザのミネストローネ





材料（4人分）

●ギョーザのたね

- じゃがいも……1個
- A
  - とき卵……大さじ2
  - オリーブ油、かたくり粉……各小さじ1
  - 塩、こしょう……各適量
- ギョーザの皮……12枚
- ミネストローネスープ（市販）……6カップ

作り方

1 じゃがいもは皮をむいて適当な大きさに切って水からゆでる。やわらかくなったらざるに上げる。

2 1をボウルに移してつぶし、Aの材料を加えてよくまぜる。

3 ギョーザの皮に2をのせて四方から折って包み、たっぷりの熱湯でゆでる。

4 ミネストローネスープをあたためて3を加えてさっと煮て器に盛る。

スープのとろみ＆ギョーザでボリューム満点

中華風ふかひれスープのはるさめギョーザ





材料（4人分）

●ギョーザのたね

- はるさめ……20ｇ
- 豚ひき肉……150ｇ
- A
  - ねぎ（みじん切り）……大さじ4
  - しょうゆ、オイスターソース……各小さじ1
  - 塩……小さじ¼
  - 酒……大さじ1
  - にんにく（みじん切り）……1かけ分
- ギョーザの皮……24枚
- 中華ふかひれスープ（市販）……6カップ

作り方

1 はるさめは熱湯でさっとゆでてもどし、ざるに上げて冷まし、3cm長さほどに切る。

2 ボウルにひき肉、Aの材料を加えて粘りが出るまでよくまぜ合わせる。1のはるさめを加えてまぜる。

3 ギョーザの皮に2をのせ、半分に包んで、右と左に一つずつひだをつけて閉じる。これをたっぷりの熱湯に入れてゆでる。

4 中華ふかひれスープをあたため、3を加えてさっと煮て器に盛る。

さっぱりがうれしい

水ギョーザバリエ

つるんとした舌ざわりだから子どもも食べやすい水ギョーザ。作りたては格別で、おうちで手作りならではのおいしさですよ！

水ギョーザの作り方

1 包み方

最もポピュラーなのは、端をくっつけて丸い花のような形にしたもの。ひだを寄せずに半分に包み、両端を手前に曲げてペタンとつけるだけ。



2 ゆで方

なべにたっぷりと湯を沸かし、ギョーザを入れて。弱めの中火で1分ほどゆでで、ふわりと浮き上がってきたらＯＫ。静かにすくい上げて。





「まだかな、まだかな？」



「水ギョーザゲットだぜ！」

ビールのおつまみにも

揚げギョーザバリエ

パパのお酒のお供はもちろん、
子どものおやつにも
いけちゃう揚げギョーザ。
焼くよりテクニックが
いらないので、じつは簡単！



巻いて揚げるだけの
お手軽さ。今すぐ試してみて！

カレーソーセージ揚げギョーザ



材料（24個分）
ソーセージ……24本
カレー粉……大さじ1
ギョーザの皮……24枚
揚げ油……適量
ケチャップ……適宜

作り方
1 ソーセージにカレー粉をまぶす。
2 ギョーザの皮に1のソーセージをのせ、端から巻いて包む。
3 揚げ油を中温（170度）に熱して2を入れて揚げ、油をきる。器に盛り、カレー粉を振ってケチャップを添える。

スライスハムととけるチーズでもOKですよ

グラタン風揚げギョーザ





材料（24個分）
生ハム……24枚
ホワイトソース（市販）……大さじ4
モッツァレラチーズ……120ｇ
バジルの葉……12枚
ギョーザの皮……24枚
揚げ油……適量

作り方
1 モッツァレラチーズは24等分に切る。バジルの葉は1枚を半分に切る。
2 生ハムにホワイトソース少々を塗り、切ったチーズをのせて巻く。これをギョーザの皮におき、1のバジルをのせ、皮で包み、端をフォークでしっかりと押さえて留める。
3 揚げ油を中温（170度）に熱して2を入れて揚げ、油をきる。

冷めてもふんわりおいしいので、おべんとうにもどうぞ

はんぺんえびマヨギョーザ



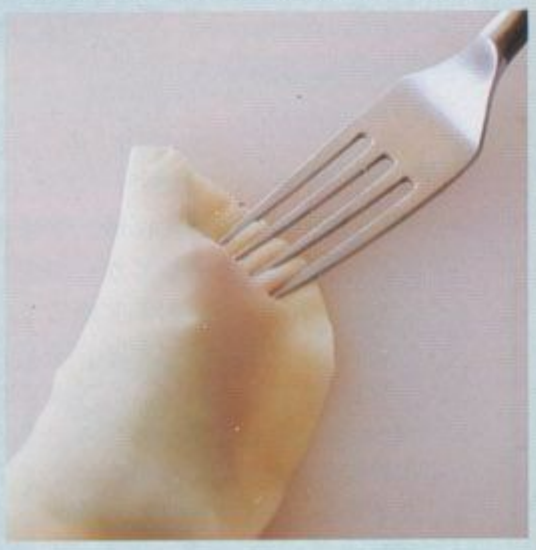


材料（24個分）
むきえび……100ｇ
はんぺん……120ｇ
玉ねぎ（みじん切り）……大さじ3
マヨネーズ……大さじ1
ギョーザの皮……24枚
揚げ油……適量
塩、レモン……各適宜

作り方
1 むきえびは包丁でたたいて細かくする。はんぺんはポリ袋に入れ、袋ごと手でもんでつぶす。
2 ボウルに1のえびとはんぺんを入れ、玉ねぎ、マヨネーズを加えてまぜる。
3 ギョーザの皮に2をのせ、三角に折って包む。
4 揚げ油を中温（170度）に熱して3を入れて揚げ、油をきる。塩、レモンを添える。

揚げギョーザの作り方

1 包み方
一番人気のサモサ風の包み方をマスターしましょう！　ひだを寄せずに半分に包み、端はフォークで押さえて留めて。同時に模様もつきます。



2 揚げ方
サラダ油を中温（170～180度）に熱し、ギョーザを静かに入れます。ときどき返しながら、全体がきつね色になるまで揚げればOKです。





カプッ！
揚げたては最高だね！



中からチーズが

蝴蝶网 hudie.com

冷凍ストックでササッとおいしい幼稚園べんとう vol.6

いろいろな味つけでおいしく食べられる
魚が主役のべんとう

撮影／柴田和宣（主婦の友社写真室）
スタイリング／坂上嘉代

指導
舘野鏡子先生
音大在学中にNHKの「きょうの料理」コンクールに入賞したことを機に、料理研究家の道に進む。著書に『脱メタボ！のおべんとう』（小社刊）など。ディズニーファミリータイムナビゲーターブログ内「キョウタンのおかしな毎日」にて、親子で楽しめるお菓子レシピを提案中。
http://familytime.disney.co.jp/navigators/blog/19817/



ついつい、肉のおかずが多くなりがちな幼稚園べんとう。
今月は、子どもが喜ぶ味つけで、"残さずペロリ"確実な魚のレシピをご紹介。
毎朝の時間短縮に役立つ冷凍保存テクもぜひ活用して！

魚が苦手なお子さんには、下味をしっかりつけてくさみを消してから加熱したり、油で揚げるレシピがおすすめです。チーズ、バター、ケチャップなど、子どもの好きな味つけを組み合わせ、いろいろな魚をおいしく食べてもらいましょう。



しっかり下味＋バター風味がポイント

たらとブロッコリーのバター蒸しべんとう

●たらとブロッコリーのバター蒸し
材料 下味つきのたら1切れ（材料、作り方ともに下記参照） ブロッコリー2～3房 バター小さじ½ ミニトマト2個 **作り方** ❶フライパンにたら、ブロッコリー、バターと水大さじ1を入れて蓋をする。弱～中火で2分ほど蒸し煮したら、ミニトマトも加えてさらに2～3分蒸し煮する。最後に火を強めて、汁けをとばす。

●ごぼう、にんじんのマヨサラダ
材料 ごぼう30g にんじん20g 塩少々 A（マヨネーズ小さじ1強、砂糖・削り節各ひとつまみ、塩・こしょう各少々） **作り方** ❶ごぼうはたわしで洗い、3～4㎜幅の輪切りに、にんじんは皮をむき、3～4㎜幅のいちょう切りにする。❷なべに水、塩と①を入れて5～6分ゆで、ざるに上げて冷ます。❸ボウルでAをまぜ合わせ、②を加えてさっとあえる。

●たらこのショートパスタ **材料** ショートパスタ40～50g 塩適量 たらこ¼腹（約10g） A（しょうゆ・酒各小さじ¼、オリーブ油小さじ½） 万能ねぎ少々 **作り方** ❶パスタは1％の塩入りの熱湯（1ℓに対して小さじ2の塩が目安）で指定時間どおりにゆでる。万能ねぎは小口切りにする。❷たらこは中身をスプーンでしごき出し、耐熱性のボウルに入れ、Aを加えまぜる。❸①のパスタをざるに上げ、湯をきって②に加え、全体をまぜる。❹③を電子レンジで20～30秒加熱し、万能ねぎを加えてまぜる。

冷凍ストック

下味つきのたら

傷みやすい切り身魚は、保存性を高めるためにも、調理時間の短縮のためにも、下味をつけてから冷凍するのがおすすめです。紹介した分量はべんとう1回に使う1切れ分ですが、何切れもまとめて下味をつけ、1枚ずつラップで包み、冷凍して。たら以外の切り身魚も同様です。※冷凍保存期間…約10日

材料
生たら…小1切れ
A（塩…小さじ¼、砂糖…小さじ½、酒…小さじ1、こしょう…少々）

作り方
❶たらに骨がついている場合は、専用の骨抜きまたは包丁で、すくうようにしてとる。
❷一口大に切り、Aをからめる。

Point 1



Point 2



1 生ぐささをとるためにも、塩、酒はマスト。また、砂糖を加えることで、子どもの好きな味つけになるうえ、脱水作用で身がひきしまり、さらにプリプリとした食感になります。
2 1枚1枚、ぴっちりとラップで包んでから冷凍。使う際は、前日から冷蔵庫に入れておき、解凍するのがベター。

hudie.com

※材料の分量は特に記載のない場合、おべんとう1個分です。 ※電子レンジの加熱時間は、600Wを使用した場合の目安です。

ほんのりチーズの風味がたまらない！

鮭ときのこのチーズ焼きべんとう



●**チーズ焼き** **材料** 生鮭1切れ しめじ小$\frac{1}{4}$パック（約30g） A（白ワインまたは酒小さじ$\frac{1}{2}$、塩・こしょう各少々、粉チーズ小さじ1） **作り方** ❶鮭は骨があれば除き、皮は好みで除き、食べやすく切る。❷しめじは石づきをとり、小房に分ける。❸耐熱皿に①、②を入れてAをからめたら、ふわっとラップをし、電子レンジで1分30秒〜2分加熱する。

●**コーンとかぶのフレンチサラダ** **材料** かぶ1個 コーン大さじ1 塩少々 A（酢・サラダ油各小さじ$\frac{1}{2}$、塩・こしょう・砂糖各少々） **作り方** ❶かぶは茎を切り落とし、皮をむいて1.5cm角に切る。葉と茎は細かく切る。❷塩を加えた熱湯で①とコーンを2〜3分ゆで、ざるに上げて水けをきる。❸ボウルにAを合わせ、②をあえる。

その他の材料 ごはん（おにぎり）約80g のり・梅干し各適宜 フルーツ（巨峰）適宜

食欲をそそる、中華風の彩りランチ

えびのケチャップいためべんとう



●**えびのケチャップいため** **材料** むきえび50g しめじ小$\frac{1}{4}$パック（約30g） ごま油小さじ$\frac{1}{2}$ 酒小さじ1 A（ケチャップ小さじ2、塩・こしょう・砂糖各少々） **作り方** ❶えびは大きければ半分に切る。しめじは石づきをとり、小房に分ける。❷フライパンにごま油を熱し、①をさっといため、酒を振り入れて蓋をし、2〜3分蒸し煮する。❸しめじがしんなりしたらAを加えて軽くいため、味をととのえる。

●**チンゲンサイのナムル** **材料** チンゲンサイ小1株 A（ごま油小さじ$\frac{1}{2}$、塩・こしょう・砂糖各少々） 白ごま少々 **作り方** ❶チンゲンサイは葉を1枚ずつはがし、茎と葉に分け、それぞれ一口大に切る。❷①の茎を先に30秒くらいゆでたら、葉も加え、さらにさっとゆで、ざるに上げて流水で冷まし、水けをよくしぼる。❸②をほぐしてAであえ、白ごまを振る。

●**卵、ねぎチャーハン** **材料** ごはん70〜80g 万能ねぎ2本 ごま油小さじ$\frac{1}{2}$ 卵$\frac{1}{2}$個 塩・こしょう各少々 **作り方** ❶ごはんは少しあたためておく。❷万能ねぎは小口切りにする。❸フライパンにごま油を入れて強火で熱し、といた卵を流し入れ、大きくまぜる。半熟状態に①を加え、ヘラでパラパラになるようにいためる。❹②も加え、塩・こしょうで味をととのえ、好みの型で抜く。

しめじ 冷凍ストック

野菜室では長く保存できないきのこ類は、新鮮なうちに生のまま冷凍して。冷凍することで、味が濃くなるというメリットもあります。石づきをとり、小房に分けたり切ってから、冷凍用保存袋に入れて冷凍を。※冷凍保存期間…約2週間





Point 冷凍したしめじと鮭を、一緒に器に入れてレンジで加熱。合わせて加熱することで、おたがいのうまみを移し合う効果があり、よりいっそうおいしくいただけます。

チンゲンサイ 冷凍ストック

チンゲンサイはアクが少なく、下ゆでせずに冷凍できる便利な野菜。解凍後に加熱しても、しゃきしゃき感が失われないのも魅力です。1枚ずつはがし、葉と茎に切り分け、冷凍用保存袋に入れて冷凍を。※冷凍保存期間…約1週間

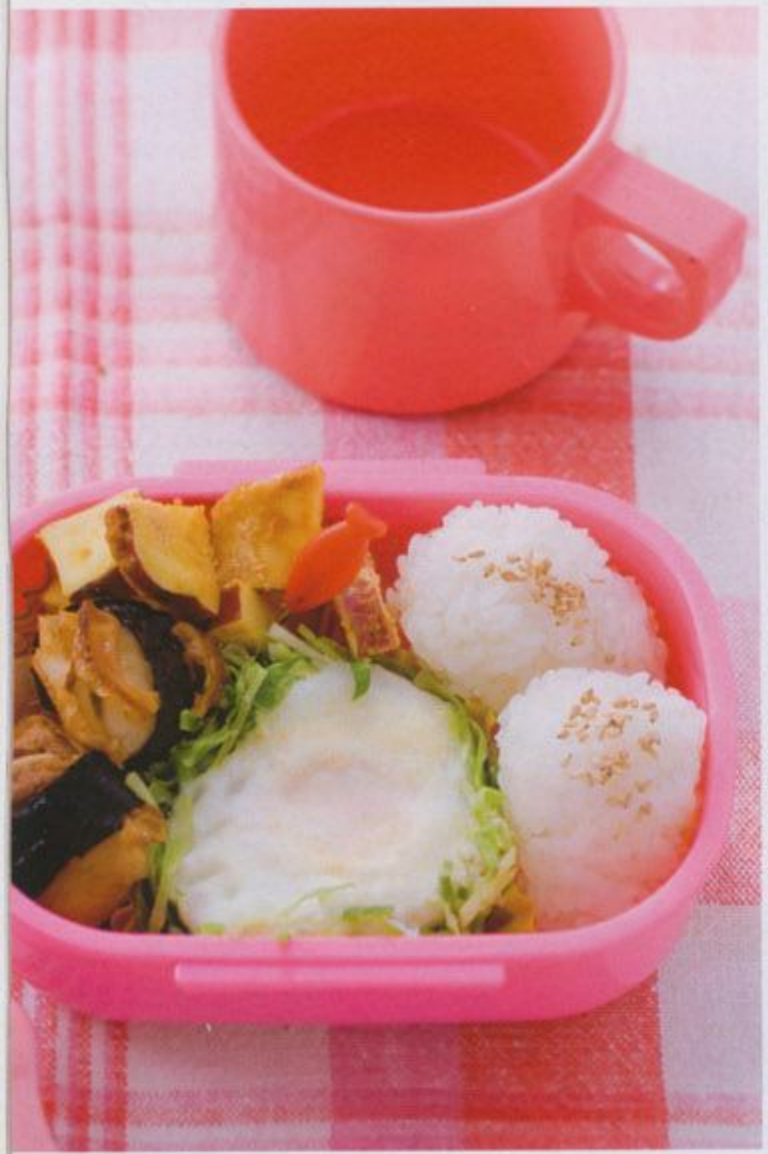




Point ナムルを作る際、ゆでた野菜の水けが残っていてはおいしさが半減します。冷凍したチンゲンサイの場合は、より水けを含んでいるので、さらにしっかりしぼるのがポイントです。

のりで巻いた見た目も楽しい！

ほたて磯辺焼きべんとう



●**のり巻き焼き** **材料** ボイルほたて貝3個 A（しょうゆ・みりん各小さじ1） のり適宜 サラダ油少々 **作り方** ❶ほたてはAをからめて2〜3分おく。❷①の汁けをペーパータオルでふき、1cm幅に切ったのりで巻く。❸フライパンにサラダ油を熱し、②の巻き終わりを下にして並べ入れ、蓋をして2〜3分蒸し焼きする。

●**キャベツと卵のレンジ蒸し** **材料** キャベツ$\frac{1}{2}$枚 サラダ油少々 卵1個 粉チーズ小さじ$\frac{1}{2}$ 塩・こしょう各少々 **作り方** ❶キャベツは芯を除き、食べやすい長さの細切りにする。❷耐熱容器（直径7〜8cm）にキッチンペーパーでサラダ油を薄く塗り、①を敷き込んで真ん中をくぼませ、卵を割り入れる。❸粉チーズ、塩、こしょうを振り、ふわっとラップをして、電子レンジで約1分加熱する。

●**さつまいものあべかわ風** **材料** さつまいも中$\frac{1}{4}$本（50〜60g） A（砂糖小さじ2、塩少々） きな粉適量 **作り方** ❶さつまいものレンジ甘煮を作る。さつまいもは1cm厚さのいちょう切りにし、さっと流水で洗う。耐熱皿に並べてAをからめ、ふわっとラップをし、電子レンジで約1分30秒加熱する。冷凍したものを使う場合は、電子レンジで30秒加熱しておく。❷あら熱がとれたら、キッチンペーパーで汁けを軽くふき、きな粉をからめる。

その他の材料 ごはん（おにぎり）約80g 白ごま適宜

さくさくの食感でどんどんいけちゃう！

かじきまぐろの揚げ焼きべんとう



●**かじきまぐろの揚げ焼きと野菜の素揚げ** **材料** かじきまぐろ1切れ A（酒・しょうゆ各小さじ1、砂糖小さじ$\frac{1}{2}$） にんじん$\frac{1}{6}$本 里いも1個 小麦粉・サラダ油各適量 塩少々 **作り方** ❶かじきまぐろは1.5cm幅の棒状に切りAをからめておく。❷にんじんは皮をむき、6〜7cm幅の輪切りにし、好みの型で抜く。❸里いもは洗い、水けをしっかりふいてから皮をむく。半分に切り、1cm幅に切る。❹フライパンにサラダ油を高さ1cmくらい入れて熱し、中火で②、③を素揚げし、塩を振る。冷凍した素揚げ野菜を使う場合は、自然解凍しておく。❺①の汁けをペーパータオルでふき、全体に小麦粉を薄くつけ、中火で揚げ焼きする。

●**ほうれんそうのおかかあえ** **材料** ほうれんそう2株（40〜50g） しょうゆ・削り節各少々 **作り方** ❶ほうれんそうは熱湯でさっとゆでて、流水で冷まし、一口大に切る。❷①にしょうゆをからめ、水けを軽くしぼる。ほぐしてから箱に詰め、削り節をのせる。

その他の材料 ごはん（おにぎり）約80g ふりかけ適宜

さつまいものレンジ甘煮 冷凍ストック

寒さと水けに弱く、冷蔵保存に不向きなさつまいもは、なるべくなら1本使い切ってしまいたい食材の一つ。子どもの好きな甘煮を電子レンジで簡単にまとめ作りし、冷凍用保存袋に入れて冷凍しておきましょう。※冷凍保存期間…約10日





Point さつまいもはマッシュ状態での冷凍も可能ですが、甘煮のように、砂糖を加えて調理したものを冷凍するほうが、解凍後にボソボソになるのを防げるのでおすすめです。

野菜の素揚げ 冷凍ストック

油が少なめの素揚げとはいえ、調理後の油の処理など、若干の手間はいなめません。そんな揚げ物こそ、まとめて作り、冷凍を。もちろん、にんじん、里いも以外の野菜もOKです。冷凍用保存袋に入れて冷凍を。※冷凍保存期間…約1週間





Point 洗った里いもは、しっかりと水けをふきとってから皮をむいて。こうするとぬめりが出ずにすべりにくく、むいたあとに手がかゆくなるのも防げます。

hudie.com

 ☆次号コモ12月号は、10月31日（土）発売！ 売り切れないうちに本屋さんへGO!



蝴蝶网 hudie.com

味の素冷凍食品でつくろ！
かんたん、かわいい♡
"ちょいキャラ"べんとう

「子どもに楽しくおべんとうを食べてもらいたい！」
というのはママたちの願い。
それならちょっぴり手を加えるだけでかわいく仕上がる
"ちょいキャラ"べんとうはいかがでしょう？
冷凍食品を活用すれば初心者ママでもラクラク作れて、
子どもも大喜びです！

おべんとう制作・スタイリング／齋藤真紀　撮影／山田洋二　構成・文／松原陽子

エビ寄せフライのお魚がぷかぷか泳ぐよ
エビ寄せフライ de 水族館べんとう

材料と作り方

●「エビ寄せフライ」のお魚ごはん

❶「エビ寄せフライ」2個はそれぞれケチャップでしっぽ、うろこ、口を描き、チーズとごまで目を作る。❷おべんとう箱にごはんを詰め、①をのせる。すき間に海草形に切ったのり、ゆでて小口切りにしたさやいんげん、ゆでて薄切りにしたオクラ各適宜をのせる。

●卵焼き

●せん切りキャベツ

ちょいキャラ Point



クッキングシートを丸めてしぼり出し袋のかわりにすると描きやすい。

さくさく衣にえびがぎっしり！
エビ寄せフライ



自然解凍でもOK！

自然のうま味たっぷりの天然エビを100％使用し、しかも従来品より20％増量したぜいたく仕上げ。枝豆とふんわりすり身との相性もバツグン！　自然解凍でも電子レンジでもおいしく食べられます。

冷めてもふんわりやわらかい
プリプリのエビシューマイ



※この商品は自然解凍できません。

指定養殖池で育てた大ぶりの「バナメイエビ」を使っているから、ママに安心、子どもにおいしい♪　彩りもよいので、おべんとうの主役になってくれること間違いなし。解凍はレンジでどうぞ。

くりくりなおめめの正体は、エビシューマイ！
プリプリのエビシューマイ de にんまりOKAOべんとう

材料と作り方

●にんまりOKAOごはん

❶「プリプリのエビシューマイ」2個はパッケージの表示にしたがって電子レンジで加熱し、冷めたらのりを巻く。❷おべんとう箱にごはんを詰め、①をうめる。❸輪切りにしたウインナーをほお、ゆでてさやを半分とったスナップえんどうを口、こんぶの佃煮を髪に見立ててそれぞれのせ、最後に丸く切ったのりを②の上にのせる。

●ゆで卵半分

●ゆでアスパラガス3本

●いためたウインナー2本

●りんご

ちょいキャラ Point



詰めるだけで顔に見えるような食材を常備しておくと便利！



アイデアいっぱいのおべんとうレシピが満載！
味の素冷凍食品株式会社
http://www.ffa.ajinomoto.com


天然エビ
エビ
フライ
はい!
新しくなった味の素冷凍食品の「エビ寄せフライ」は、
きれいなアラビア海の天然エビを使用しています。
赤く色鮮やかなエビは、風味たっぷり、身はプリッとひきしまっておいしい!
青くきれいな海、インド南部のアラビア海で海藻やプランクトンをエサに育ちます。
船の上で氷づけにしたエビは工場で洗浄、殻などを取り冷凍、日本へ。作業する工場は、
味の素冷凍食品の品質管理基準を厳守し、日本の社員も定期的に指導を行っています。ますます安心品質、
プリプリな天然エビのおいしさあふれる「エビ寄せフライ」、お弁当のおかずにぜひ。
AJINOMOTO
エビ20%増量
天然エビがプリプリ
エビ寄せフライ
新・安心品質をあなたへ。
おいしい安心、
自社工場から
AJINOMOTO
冷凍食品
www.ffa.ajinomoto.c
hudie.com

【バルーンショップドリーム】

Balloon Shop Dream

大切な記念日にバルーンギフトを

七五三やお誕生日のお祝いにかわいいバルーンが大人気！キャラクターデザインや大人シックなアレンジなどバリエーションも満載！一生の思い出にバルーンギフトでサプライズ！



0120-488-586

SHOP_DATA
【本店】
http://www.dream-balloon.co.jp/
【楽天市場店】
http://www.rakuten.co.jp/dream-balloon/
神奈川県平塚市桃浜町13－5
受/平日11:00～20:00

【ホパパ べべ】

HOPAPA bébé

女の子度100％！キュート&カラフルコーデ

「Cottonbaby」「Peach&Cream」H&Mのレア物など柄×柄のポップで愛らしいデザインは主役級の可愛さ！普段着にぴったりのプチプライスも◎



SHOP_DATA
http://hopapabebe.com/
✉/info@hopapabebe.com

【リズリズ】

子供服&親子でおそろい

RizRiz

今しかできない！子どもとのおそろを楽しもう！

秋冬新アイテムを続々入荷中！普段使いはもちろん、イベントにも大活躍！「TIARA」、「BETTY DAY」などのブランドセレクトもgood。



子供服 リズリズ で 検索

SHOP_DATA
http://www.rizriz.net ✉/info@rizriz.net TEL/ 0285-32-7792

【カーナ】

CARNA

可愛すぎ！ちょっぴりやんちゃなKIDSウェア

「Rayalice」、「DURALUMINBOYS」、「fantasia」など、インパクト大な元気服が満載！ロック・クラブテイストをきかせた、音を感じさせるデザインものが多く、アクセサリーも充実。



Como読者限定！税込¥5,000以上ご注文時、FAX番号欄に【777】と記入で送料無料！(2009.10.31迄)

カーナ 子供服 で 検索



SHOP_DATA
http://carna.shop-pro.jp/
TEL/048-984-7334 FAX/048-984-7338
【実店舗「CARNA」】
埼玉県草加市旭町6-15-27-7
【店舗HP】http://www.lovecarna.com/
営/10:30～19:30 休/月曜
✉/weborder@lovecarna.com

おろち

カッコイイ&カワイイが引き立つ激安子供服

大人服顔負けのクール&ポップなチビギャル服が大充実！デイリーに着まわせるハイパフォーマンスウェアが揃い、成長の早いキッズたちのママに嬉しいバリュープライスも好評。



SHOP_DATA
http://www.rakuten.co.jp/orochi/
TEL・FAX/0439-29-7117
営/11:00～16:00 休/土・日・祝祭日
✉/orochi-kids@om-web.com

【アロム・ディ】

AROM DEE

らく可愛コーデに似合うナチュラルアイテムを

熱帯植物の葉を職人が丁寧に編んだバッグが揃う。色鮮やかでアジアンテイストたっぷり、丈夫なので永く愛用できる。秋冬スタイルにもぴったりな、飽きのこないデザインが充実。



SHOP_DATA
http://www.rakuten.co.jp/aromdee/
✉/aromdee@samba.ocn.ne.jp
TEL/045-511-8509
神奈川県横浜市緑区長津田4-17-19

【コマ ミンコ】

coma minco

ママまでハッピーになる！おとぎの国の子供服

ママはキッズの専属スタイリスト。だからどこにもないデザインをセレクトしたい！まるで絵本をめくるように楽しく、プチプラキュートな差の付くオシャレを！



SHOP_DATA
http://www.comaminco.com/
✉/info@comaminco.com
■1万円以上お買上げで送料無料
■会員登録で300円分ポイントGET!

comaminco で 検索

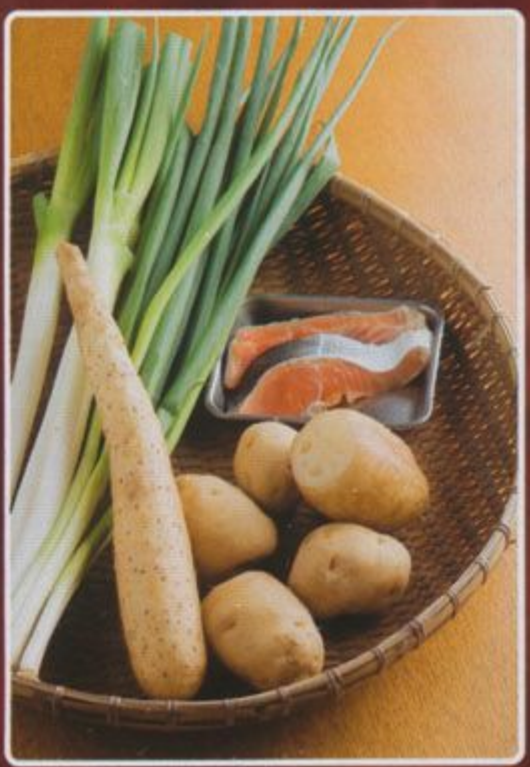
蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

飛田和緒 ひだ・か

素材の持ち味を引き出す、素朴かつアイデアあふれるレシピが人気。4才の娘・花之子ちゃんとレーシングドライバーの夫と海辺の町に暮らす。初めてのピアノの発表会では、本番に強いことを証明した花之子ちゃん。ますますピアノ熱は上がる一方!?

料理／飛田和緒
撮影／千葉 充（主婦の友社写真室）
スタイリング／すずき尋巳
取材・文／飯村いずみ



小春日和の穏やかな日が続きます。
今年は芸術の秋！ といきたいところです
悲しいかな、どうしても食欲のほうが
まさってしまうわが家です。
とはいえ、たくさん食べてもらえるのは
作る側としてはうれしいかぎりなのですが
さて、今月は"滋味深い"という言葉が
ぴったりなおかずを中心にお届けします

旬素材が味方！ 飛田さんちの vol.19

元気をつける「いつもごはん」



きのこたっぷり！ もちもちお好み焼き

長いものすりおろしとだし入りの生地で
肉や魚介を入れなくても、十分おいしい！

はるさめのポン酢サラダ

つるつるっとしたはるさめに
きゅうりとコリコリきくらげがアクセント。
ポン酢ベースのたれで簡単に、作ります。

蝴蝶网
hudie.com

れんこんとにんじんのマリネ

箸休めにぴったり。
冷蔵庫で1週間はどもつので
作りおきしても。



旬のうまみが最高にいきる **今月のイチオシ。**

小さなお客さまが来たときはもちろん、娘と2人のときもよく作るお好み焼き。生地さえきちんと作れば、具は何でもOK。この季節ならきのこが気分！ ですがきんぴらや牛肉のしぐれ煮などを入れることもあります。

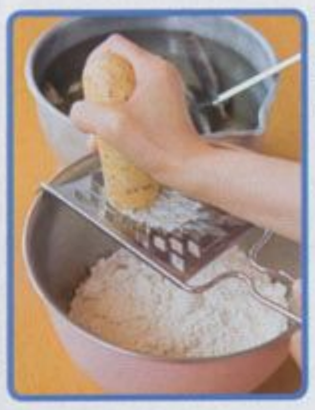
好きな具を好きなだけ！ お好み焼き献立



きのこたっぷり！ もちもちお好み焼き

材料(4〜5人分)
キャベツ……1/2個
しいたけ…… 2個
エリンギ……小1本
えのきだけ……小1/2パック
しめじ……1/2パック
れんこん……1/3節
豚バラ薄切り肉……150g
するめいか……小1ぱい
A
- 小麦粉……2カップ
- だし汁……1〜1カップ半
- 長いものすりおろし……10cm分
- 卵……1個
- 塩……小さじ1

サラダ油……適量
ソース、マヨネーズ、青のり、削り節……各適宜



Point!
生地に長いも(じゃがいものすりおろしでも)を加えるとかたくならず、ふっくら！ だしでとくのも、おいしくするポイントです。

作り方
① キャベツはやや短めで太めのせん切りに。きのこは石づきや根元を落とし、しいたけ、エリンギは薄切り、えのきは長さを3等分にし、しめじは小房に分けます。れんこんは薄く切り、豚肉は2cm幅に切ります。いかはわた、口ばし、目を除き、皮つきのまま2cm幅に切ります。
② ボウルにAを入れてよくまぜ、れんこん以外の①の具を加えてさらにまぜ、生地を作ります。
③ ホットプレートまたはフライパンにサラダ油を熱します。②を丸く流してれんこんの薄切りをのせて焼き、しっかり焼き色がついたら返し、中まで火を通します。焼き上がったら、ソースやマヨネーズ、青のり、削り節を好みでかけていただきます。

memo 生地に揚げ玉を合わせるとまたコクが出ておいしいです。しょうゆやポン酢をつけても。

はるさめのポン酢サラダ

材料(4人分)
はるさめ……120g
きゅうり……1本
きくらげ……(水でもどして)4枚
ロースハム……4枚
ちくわ……1本
塩……少々
A
- ポン酢……大さじ2
- ごま油……大さじ1
- いり白ごま……少々

作り方
① はるさめはぬるま湯でもどし、水けをきって食べやすい長さに切ります。
② 他の材料はすべて細切りにします。きゅうりは塩で軽くもみ、しんなりとしたら水けをしぼります。
③ ボウルにAを合わせ①、②をあえます。



Point!
はるさめはもどしてからボウルに入れたままキッチンバサミで切ります。飛び散らず、手も汚れないのでおすすめ。

れんこんとにんじんのマリネ

材料(作りやすい分量)
れんこん……1節
にんじん……1本
A
- 酢、水……各150mℓ
- 砂糖……大さじ2〜3
- 塩……小さじ1
- にんにく薄切り……1かけ分
- 赤とうがらし……1本

作り方
① れんこんとにんじんは1cm幅に切り、太いところは半月切りにします。
② なべにAの材料を合わせて煮立て、冷ましてマリネ液を作ります。
③ 熱湯で①をゆで、②に漬けこみ、1時間以上おいて味がしみたらでき上がり。



Point!
野菜は歯ごたえが残る程度にゆで、ゆでたてのアツアツをマリネ液に漬けます。

お料理が楽しくなる！
kitchen tool
キッチンツール



キッチンプランニング／「ソフトターナ

ヘラの薄さで使いやすさ バツグン！ のターナー

今回は、私が開発に加わったターナー ご紹介します。こだわったのは、ヘラ 分の薄さと柔軟さ。しなりぐあいがバ グンで、フライパンと料理の間にスー と入るので、ギョーザも煮魚なども皮 傷つける心配がありません。それとも ひとつは、持ち手がしっかりとしてい こと。短めなので握りやすく、安定感 あり、どんな具もしっかりキャッチ。 や消しのステンレス素材と、シンプル フォルムもお気に入りです。

今月のおいしい
旬



ねぎ
殺菌作用があり、風邪予防に欠かせません。薬味としていただくほかには焼いてマリネにしたり、煮たり。じっくり火を通すと甘くなるので、子どもにも食べやすくなります。



長いも
生だとシャキシャキ、火を通すとほっくり、と調理法でまったく違う食感に。せん切りをわさびじょうゆで食べたり、みそ汁に入れるのが定番。娘はとろろごはんが大好き！



れんこん
シャキシャキ感があり、大好きな野菜のひとつ。きんぴら、はさみ揚げ、ポトフ…和洋中問わず使いますが、今凝っているのは次のページでご紹介する揚げびたし！

蝴蝶网 hudie.com



胡蝶网 hudie.com

この季節のうちの人気おかず

体か温かいものを求めはじめるせいか、じっくり火を通してうまみを引き出すものが多くなります。
中まで味をしっかりしみ込ませ、歯ごたえの違うものを合わせてアクセントをつけると食欲アップ！



フライパンひとつ！のメインおかず

塩鮭の肉巻きソテー

塩鮭の塩けと豚肉のうまみをいかし、
味つけは酒のみ！ 白いごはんがすすみます。

材料(4人分)
豚バラ薄切り肉……12枚
塩鮭(切り身)……4切れ
じゃがいも……1個
にんじん……½本
サラダ油……適量
塩……適宜
酒……大さじ3



Point!
一口サイズの塩鮭に、豚肉1枚をくるくると巻きつけます。

作り方
① 鮭は骨を除きながら3等分に切ります。肉を広げ、鮭を巻きます。じゃがいも、にんじんは細切りにします。
② フライパンにサラダ油少々を熱してじゃがいもとにんじんをいため、しんなりしたら塩で軽く味をつけて器に盛りつけます。
③ ②のフライパンをペーパータオルなどでふいてきれいにし、サラダ油大さじ1を熱し、①の鮭を色よく焼きます。
④ こんがりと色づいたら酒を振り、ふたをして蒸し焼きにして、②の器に盛り合わせます。

揚げて蒸して！でメインおかず

鶏とたたきれんこんの揚げびたし

れんこんは大きめにたたき割るのがコツでしょうか。
さっぱりで香ばしいたれが、全体のまとめ役です。

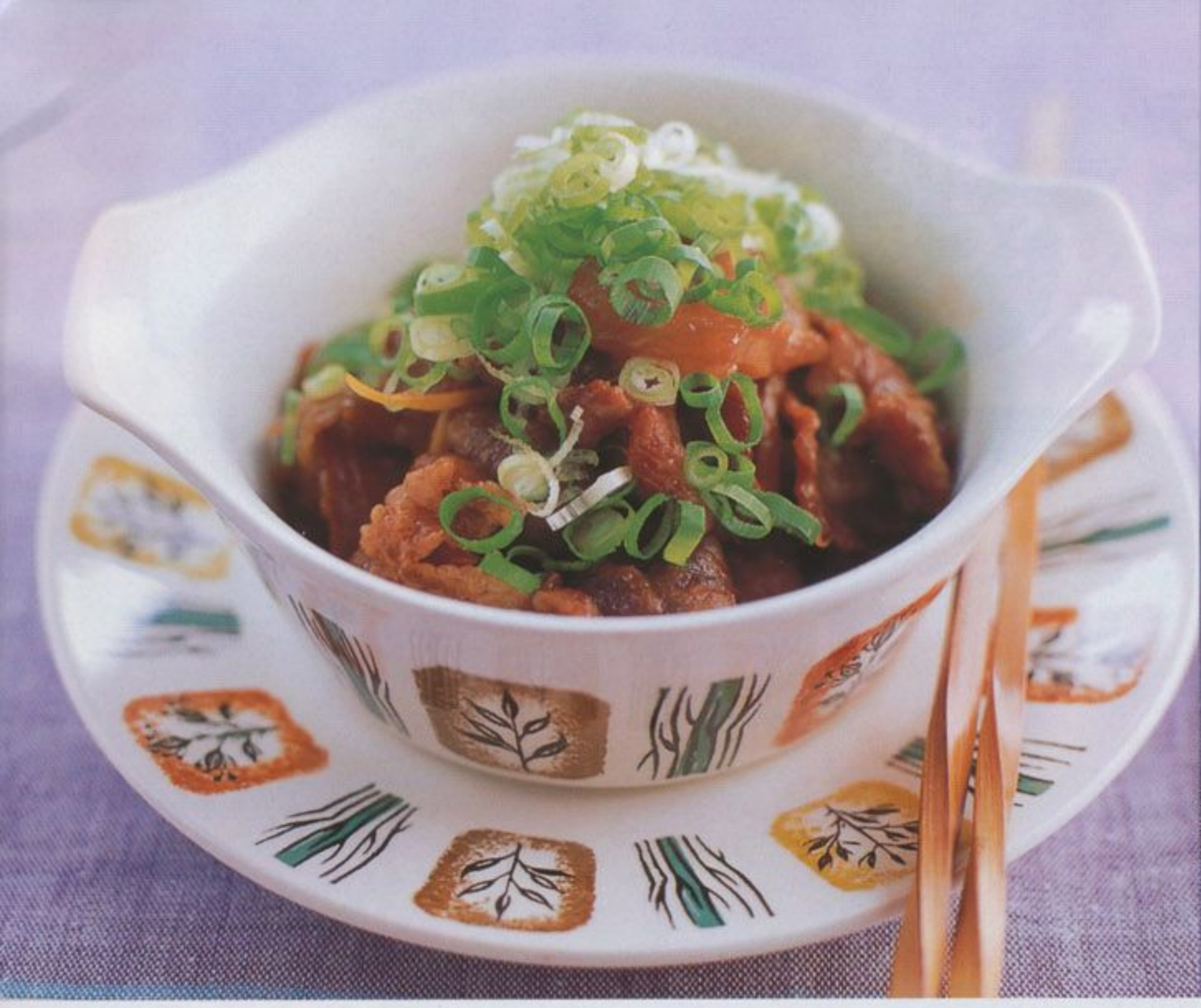
材料(4人分)
鶏もも肉……1枚
れんこん……2節
塩……適量
A ┌だし……2カップ
　│みりん、しょうゆ……各¼カップ
　└砂糖……大さじ1
揚げ油……適量
いり白ごま……大さじ2



Point!
れんこんはめん棒などでたたくと凹凸ができて味のなじみがよくなり、独特の食感が楽しめます。ビニール袋に入れてたたくと、飛び散りません。

作り方
① 鶏肉は余分な脂を除いて一口大に切り、軽く塩を振ります。れんこんは縦半分に切り、ビニール袋に入れてめん棒などでたたき、適当な大きさに割ります。
② なべにAを入れて火にかけ、漬けだれを作ります。
③ 揚げ油を170度に熱し、水けをよくふきとったれんこん、鶏肉の順に揚げます。揚がった順に②に漬けて味をなじませ、ごまをかけます。







大好き おつまみ

牛すじのことこと煮

かみしめるごとにうまみが口の中に広がる牛すじ。
じっくり煮たかいあり！ のうまさです。

材料(4～5人分)
牛すじ……500g
酒……½カップ
A ┌しょうゆ……大さじ3
　│砂糖……大さじ2
　└しょうがのせん切り……大1かけ分
青ねぎの小口切り……適量

作り方
① 牛すじを下ゆでし、大きいものは食べやすい大きさに切ります。
② なべに①、酒、ひたひたの水を加え、ふたをして弱火で1時間ほど、静かに煮ます。
③ ②にAを加え、ふたをしないで強めの中火で煮つめます。煮汁が少なくなったら器に盛り、たっぷりの青ねぎを散らします。

memo 大根やにんじんなどの野菜と合わせて煮ても。その場合、だしで煮た野菜を③で加えます。

牛すじの下ゆで



① 牛すじをたっぷりの水でゆで、写真のようにアクがぶくぶくと出て沸騰したら、ゆで汁を捨てます。
② 流水またはボウルに入れた水で（この場合は何度か水をかえながら）きれいにそうじをし、アクや汚れをとり除きます。

子どもがよろこぶ朝ごはん

ゆでもちの納豆がけ

ゆでたおもちはやわらかくて、まるでつきたてのよう。
納豆のほか、あんこをからめてもおいしいです。

材料(4人分)
切りもち……8枚
納豆……4パック(200g)
ねぎ……少々
卵黄(好みで)……1個

作り方
① 納豆は包丁でたたきます。ねぎはみじん切りにし、納豆の添付のたれ、卵黄とともにまぜます。たれを使わない場合は、しょうゆなどで調味を。
② もちは3～4等分に切ります。熱湯でゆで、器に盛って①をかけます。好みでのり、青のり、ゆかりなど香りのあるものを合わせても。



Point!
もちは一度にたくさんなべに入れすぎると、くっついてしまうので注意して。全体にくったりとすればOK。

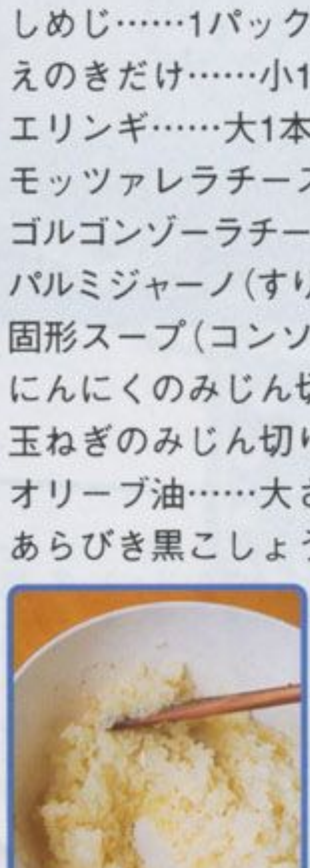
蝴蝶网 hudie.com

ごはん・めん・パン

きのこたっぷりリゾット

きのこを洋風にいただきたいときに作ります。
チーズは数種類加えると、コクも香りもアップ！

材料(4人分)
米……1合(180mℓ)
しいたけ……2枚
しめじ……1パック
えのきだけ……小1袋
エリンギ……大1本
モッツァレラチーズ……½個
ゴルゴンゾーラチーズ(あれば)……30g
パルミジャーノ(すりおろし)……大さじ3
固形スープ(コンソメ)……1個
にんにくのみじん切り……1かけ分
玉ねぎのみじん切り……½個分
オリーブ油……大さじ2
あらびき黒こしょう……適量



Point!
米は洗わずにいためると、独特の歯ごたえに仕上がります。

作り方
① きのこは石づきや根元を落としてすべて1cm角に切り、モッツァレラとゴルゴンゾーラチーズは室温にもどして、同じく1cm角に切ります。固形スープは水4カップを加え、煮とかします。
② フライパンにオリーブ油とにんにくを入れて弱火でいため、香りが出たら玉ねぎを加えていためます。透き通ってきたら、米を洗わずそのまま入れてさらにいため、つやが出たら①のスープをおたま2杯くらいずつ加え、フツフツしてきたら軽くまぜます。これを3～4回繰り返し、好みの米のかたさに仕上げます。最後のスープを加えるときに、きのこも一緒に加えます。
③ きのこに火が通ったら3種のチーズを加え、ひとまぜして火を止めます。器に盛り、黒こしょうを振ります。





かんたんデザート&おやつ

お菓子作りはちょっと苦手！ そんな方におすすめなのが、市販のお菓子にひとワザ加えたおやつ。
簡単なのはもちろん、お味も保証つきというのがうれしいですよね。

ビスケットのサンドケーキ

枚ごとに生クリームをはさんだミルフィーユ風。
まんのりとしたコーヒーの香りも決め手です。



材料(作りやすい分量)
ビスケット(「ココナッツサブレ」など)
……1袋
生クリーム……1カップ
砂糖……大さじ1
濃いめのコーヒー(インスタントコーヒーを水でとかしたもの)
……⅓カップくらい



Point!
ビスケットは、コーヒー液にさっとくぐらせればOK。あまり浸しすぎると、くずれてしまいます。

作り方
① ボウルに生クリーム、砂糖を入れ、角がたつまでしっかりと泡立てます。
② コーヒー液にビスケットをさっとくぐらせ、長方形になるように器に3～4枚並べます。①を表面に塗り、コーヒー液にくぐらせたビスケットをのせる作業を繰り返し、重ねていきます。最後に生クリームを側面にも塗り、冷蔵庫で3～4時間冷やします。





クッキーのアイスサンドイッチ

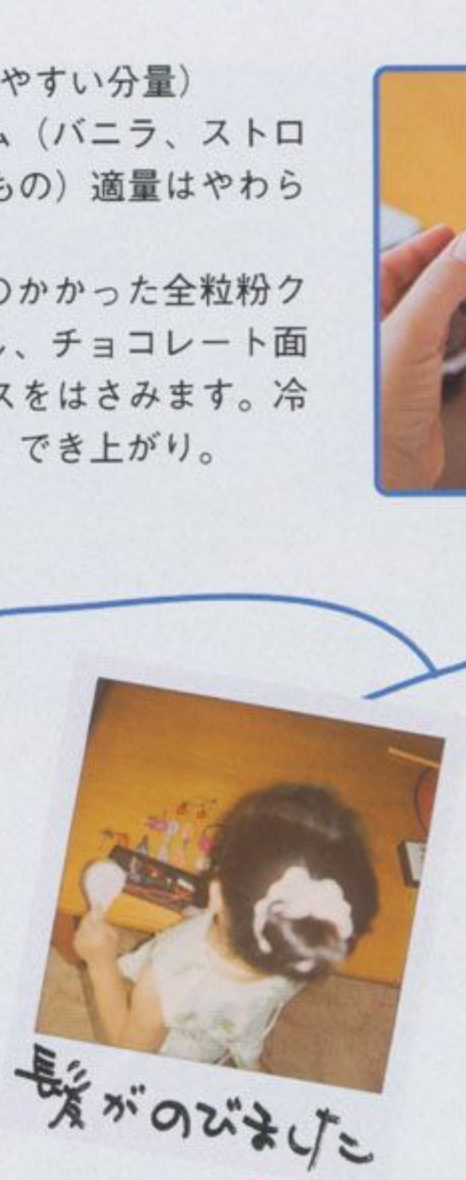
ひんやりアイスと香ばしいクッキーがマッチ。
大きな口を開けて、パクリとどうぞ。

材料＆作り方(作りやすい分量)
① アイスクリーム（バニラ、ストロベリーなど好みのもの）適量はやわらかくしておきます。
② チョコレートのかかった全粒粉クッキー2枚を用意し、チョコレート面を内側にしてアイスをはさみます。冷凍庫で冷やしたら、でき上がり。



Point!
アイスクリームは常温に出しておいてやわらかくすれば、はさみやすい！

カズヲのコソダテ日記



娘の髪がずいぶんと伸びました。母子でベリーショートをきめ込んでいましたが、やはり幼稚園のお友達の影響もあってか、髪を長くしたいと言うようになりました。今は毎日朝の支度のときに、どんな風にまとめるかでもめています。
2才ごろまで髪がなかなか増えずに、いつまでたっても産毛。冬は頭が寒かろうとニット帽はかかせませんでした。髪どめをつけることもままならなかったころがなつかしいです。
憧れは三つ編み。もう三つ編みもできなくない長さではあるのですけれど、なにせ産毛が長くなっただけなものですから、なかなか編みづらい。お風呂上がりやスイミングのあとに、ぬれ髪なら編めると三つ編みをしてあげると大喜びです。わたしの髪については今はなにも言いませんが、やはり長い髪のお母さんのことはうらやましいようで、お友達のママをつかまえては三つ編みしてあげるー、と髪をさわったりしています。

hudie.com

育て方は変えるべき?

みんなはどう思う?

蝴蝶网 hudie.com

Comoママ＆専門家の先生と考えた

男の子の育て方 女の子の育て方

昔から「男は度胸、女は愛嬌」なんて言葉があるように、男の子と女の子はそれぞれ違ったよい面をもっていて、それを上手に伸ばすことが親の役目といわれてきました。しかし、現代は男女同等の権利をもつ時代。男と女のあきらかな違いはあるけれど、男女の違いを育児にどうとり入れるのか、個性と男女差をどう考えるのかは迷うところです。専門家の先生方といっしょに考えていきましょう!

取材・文／神 素子　イラスト／佐々木千絵

Comoママ 100人に聞きました

Q 男の子ってどんな子? 女の子ってどんな子?

元気いっぱい

●とにかくいつも動いている。家でも外でもものすごく動く。(6才)●歩かないで走る。立ち止まるとジャンプする。いつも「ドキューン」とか意味不明なことを叫んでいる。(5才)

戦いごっこが好き

●シンケンジャー命!　ヒマさえあれば戦っている。(5才)●送り迎えのとき、同じクラスの男の子たちが一人の子をいじめていると思ったら、戦いごっこだった。楽しいの?(5才)

ちょっと下品

●「ちんちんぶー」とか「ウンチ」とかいう言葉が大好き。ボキャブラリーの半分はそれかも!?(6才)●尊敬する人はクレヨンしんちゃん。おしり丸出しで踊ります。ため息……。(5才)

体が弱い

●お姉ちゃんに比べて、圧倒的に幼稚園を休む回数が多い。すぐに熱を出す。(2才)●いっしょに風邪をひいても、妹より治るのが遅い。ぜんそくがあるからかもしれないけど。(6才)





おしゃれが大好き

●キラキラ・ヒラヒラなものが好き。髪をむすんであげると『かーいい?』と聞く。(1才)●お化粧したがる。出かける前には鏡の前で身だしなみチェック。洋服も自分でコーディネート。(6才)

おしゃべりが上手

●言葉を覚えるのがすごく早い。4才の兄と同い年に見えてしまう。(2才)●「今のはそんなに怒らなくてよかったのに」とか、大人が言い返せないような言葉を言います。(5才)

よく気がつく

●女の子らしいやさしさが、行動の中に表れています。下の子のめんどうをよくみてくれる小さなママです。(6才)●私が病気のときに冷やしたタオルを持ってきてくれた。感激。(5才)

ちょっと生意気

●単純な弟に比べて、変化球投げまくりの反抗的な態度にイライラすることが多い。(8才)●過去のことをよーく覚えている。「お母さん、前にこんな失敗したよね」と勝ち誇った顔で言う。(6才)

男の子と女の子、育ててみると「全然違う」と感じます。みんなもそう？

9割以上のママが違いを感じている。そしてやっぱり「男の子はたいへ〜ん」!?

子育てをしていると、「男の子と女の子の違いは、性器だけじゃない！」と実感させられる場面がたくさんありますよね。

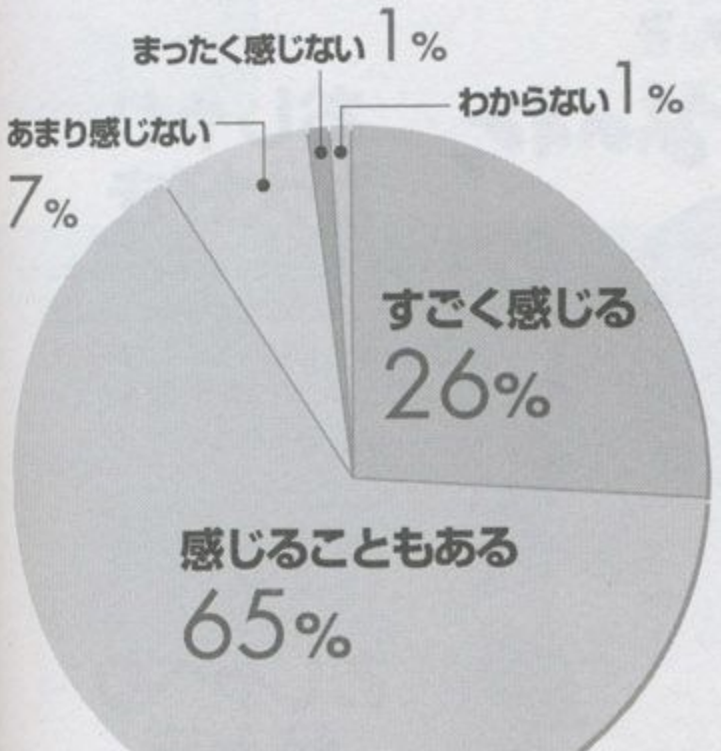
たとえば、特別に教えたつもりはなくても女の子は言葉が早く、男の子は遅い。誘導したつもりはないのに、男の子は乗り物やヒーローおもちゃが好きだし、女の子はキラキラしたものや、ピンク色や、ロングヘアにうっとり。乱暴な言葉を使うのは男の子、生意気な発言が多いのは女の子。よく動くのは男の子、落ち着いているのは女の子。男の子も女の子もやさしいけれど、ママのつらい気持ちに気づいて助けてくれるのは女の子、突然グッとくるやさしい言葉をかけてくれるのは男の子……などなど。

そして圧倒的に「男の子は大変！」という声が多いのも事実です。「私は女3人姉妹で育ったので、息子2人がいる家がこんなに壊滅的な状態になるとは思ってもみませんでした」（ともゆうママ）とうろたえるママ、「とにかく落ち着きがなくて、毎日追いかけています。おとなしい女の子がうらやましい」（M子）と嘆くママ多数。

そんな男女の違いに驚いたり、悩んだり、理解できずに困っているママに、男性保育士の草分け的存在、原坂一郎先生からアドバイスをいただきました。

Comoママアンケート

Q わが子の言動などで、**男女の違い**を感じることはありますか？



どんなところに感じる？

男の子

【遊び】ヒーローもの、戦隊ものをこよなく愛する。電車の名前、働く車の種類は完璧に覚える。ブロックや積み木が立体的。集中するとそればっかりになる。　**【言葉】**「オレ」「うるせー」など、乱暴な口調があっという間に定着する。難しいセンテンスの言葉がニガテ。意味不明語を連発する。　**【やさしさ】**単純で素直。やさしい言葉を言ってくれる。ママが世界で一番好きなんだって♪

女の子

【まね上手】何気ない動作がママそっくり。人間関係の把握が早い。教えてないことでも、いつの間にかまねしてできるようになっている。　**【言葉】**とにかく言葉が早い。ちゃんと考えて話している。学校や幼稚園であったことを教えてくれる。明日持っていくものを教えてくれる。　**【見た目にこだわる】**何が何でもピンクが好き。髪形にうるさい。キメポーズがなぜか「うふっ」とブリっ子。

Q 男の子の「困った」女の子の**「困った」**は**どこが違う？**

男の子 こだわりが強くて気がきかなくて乱暴なところが心配です！

●友だちをたたいたりひっかいたりする。人ごみでも走り回ったりして危ない。（4才）●泣き虫。男の子なのに大丈夫？（5才）●ゲームに夢中になりすぎる。時間だと言うと、「うあ〜」と騒いでイヤイヤやめる。（9才）●負けず嫌い。ゲームで負けただけでいつまでも悔しがって大変。相手が年上なんだからしょうがないじゃん。（7才）●子どもだけで、どんどん遠くまで行こうとするのが心配。（6才）●細かいことに気がきかないので、忘れたり落としたり失くしたりが多すぎる！（9才）

女の子 外面がよくて泣き虫で、けっこう厳しい。まわりを気にしすぎてない？

●すぐ泣く。3才にしてすでに「涙は女の武器」と思ってる？（3才）●女子はグループができやすいぶん、新しい友だちができにくい。（6才）●自分のことは棚にあげて、人の欠点ばかり言う。（7才）●人のマネばかりしている。この先、ちゃんと自分の意思で行動できるか心配。（3才）●外面がいい。幼稚園でがんばっているぶん、家ではわがままでマイペース。ついイライラ。（4才）●ダメ出しがすごい。店員がミスしたのを見逃さず「あの人、ちゃんとしなきゃダメよね」とか言う。怖い。（7才）

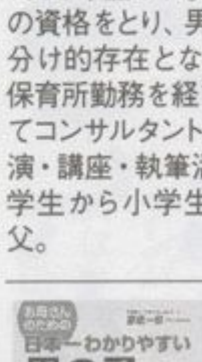


hudie.com

「男と女は違うんだ」と思うと子育てがラクになることも。特に男の子に対しては「男の子はこんなもの」と丸ごと認めてほしい！



原坂一郎先生
1956年生まれ。独学で保育士の資格をとり、男性保育士の草分け的存在となる。23年間の保育所勤務を経て、現在は子育てコンサルタントとして全国で講演・講座・執筆活動を行う。大学生から小学生までの3児の父。



日本一わかりやすい男の子の育て方の本
PHP研究所　1,155円

男は何才になっても女性に怒られる存在です

―これまで何百人もの子どもを育ててきた原坂先生の目から見て、男の子と女の子はやはり違うと感じますか？

ものすごく感じます。1才になると、もう男女の違いは出てきますよ。男の子はとにかくよく動くし、荒っぽいことをするし、危ないことが大好きで、すぐに汚いことをする。でも女の子はそんなことはあまりしない。男の子の多いクラスの担任になると「うわぁ、今年は大変だ」という空気が漂います（笑）。

―保育士さんにとっても、女の子はラク、男の子は大変なんですね。

ぼくが男だからか、男の子たちのすべてのふるまいがおもしろいんですが、女性の保育士さんは大変そうです。そもそも男は、1～2才の頃から永遠に女性に怒られ続ける存在ですからね（笑）。「男」と名のつくものは、子どもからおじいちゃんまで母親や奥さんに毎日「もうっ汚い！」「もうっ危ないわね」「何でそんなことするの？」と怒られてます。

―あの～、それは男女の違いではなく、個人差ではありませんか？

そうかもしれませんね。でも、それらの「困ったこと」は、彼が「女」ではなく「男」だったからしてしまったことなんです。その「男の子だから○○なんだ」って、現実を肯定的にとらえることのできる、とてもいい考え方なんですよ。

その子の欠点をすべて「個性」にしてしまうと、「なぜうちの子はこうなの？」とわが子を否定的に見てしまいがちです。でも、「男だからしょうがない」と思えばわが子も自分も責めずにすむ。子育てはすごくラクになります。

夫だって同じですよ。「なぜこの人はすぐパンツ一丁になるの？」と怒るんじゃなく「男だからパンツ一丁になりたがるのね」と思えば許せる。ならない男もいるけれど（笑）、あえてそう思うことが大事なんです。

―大事なことは、受け入れるということ？

そうです。「2才だから反抗期なのね」とか「3月生まれだから（人より）遅れて見えるのね」とか、受け入れるための言葉はいろいろあります。それを上手に使ってください。

男の子のすることは笑ってしまいましょう！

ぼくはいつも感じるのですが、女性の「汚い」「危ない」の基準は非常に厳しいですよね。高いところに上ったり、泥をさわったり、そういうことに「ダメ」と言いすぎていませんか？　男の子はそういう経験の中で、冒険心や好奇心を育ててるんです。落ち着きがないのも、忘れ物が多いのも、男の子に多い特徴です。それらも「男の子だからしかたない」と認めていくと、本来もっている「いい部分」がたくさん見えてきますよ。

男の子でも女の子でもいえることですが、子どもの失敗って、案外笑えることのほうが多いんです。一見「イライラのもと」に見えるその行動も、自分（親）次第で「ニコニコのもと」に変わります。たとえばよそ見をして看板にぶつかったら、怒るのではなく笑えばいいのです。同じことを友人がしたら決して怒ったりせず、笑っているはずですよね。子どもにもそういう見方をしてほしいのです。

―男の子と女の子、それぞれのよさを伸ばすにはどうすればいいでしょう。

4才ごろになると、男の子も女の子も「自分は男だ」「女だ」と自覚し始めます。男の子はいわゆる「男っぽいもの」に憧れ、女の子は「女っぽいもの」が大好きになる時期がきます。それを「男女平等なんだから」と否定するのはやめましょう。逆に「おままごとが大好き」という男の子や、ヒーローに夢中の女の子も認めてあげてください。

要は子どもの「ありのまま」を認めることです。「もっとこうなってほしい」と思う気持ちもわかりますが、それが強すぎると子どものことを否定的な目でしか見られなくなってしまいます。現在のお子さんの姿は、すべてそれが「個性」＝「その子らしさ」なんです。子どものすべてを丸ごと認めることが、わが子のよさを伸ばす大切なポイントだと思いますよ。



蝴蝶网 hudie.com

男の子は戦いごっこ、女の子はままごとが好き。違いに合わせて育て方も変えた方がいい？

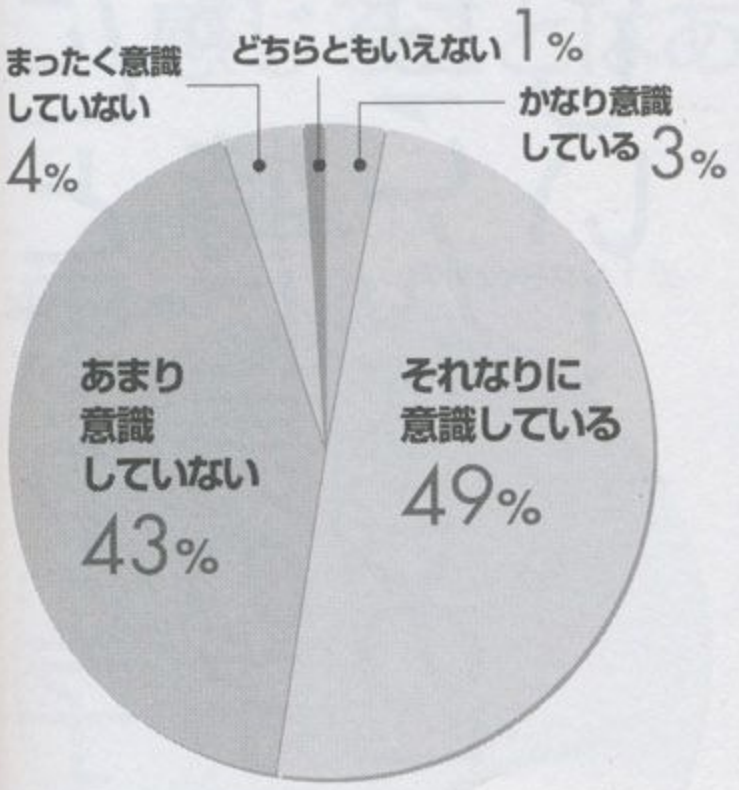
男女は平等。でも男女は別物。どう子育てに反映させるか ママの意見は大きく分かれる

「男の子と女の子は本質的に違う！」という実感は、親にせよ、保育士にせよ、子育てにかかわる多くの人たちの実感のようです。でも、その実感を子育てにとり入れていますか？ と聞くと、その意見は下のグラフにあるように、性別を「かなり意識している」「それなりに意識している」人が合わせて52％。一方、「あまり意識していない」と「まったく意識していない」人が47％とまっぷたつ。さらに、「男女を区別して育てたほうがいい？」という質問には、「したほうがいい」「しないほうがいい」「どちらともいえない」が三つ巴です。「男女は差別してはいけない」「いや、差別と区別は違う」「男女が本質的に違うから、社会での役割も違う。だったら育て方も変えるべき」……さまざまな意見が飛び交っています。それは、ママ自身がどのような教育を受けてきたかにも、大きくかかわっているという印象を受けました。

ところで、この「本質的な」（と思われる）男女の違いは、科学的にも証明されているのでしょうか。以前、『話を聞かない男、地図が読めない女』（主婦の友社）など、脳による男女差に関する本が大流行しましたが、男女の脳は本当に違うのでしょうか。脳科学者の田中冨久子先生に、脳の性差についてお話をうかがいました。

Comoママアンケート

Q 男の子と女の子、**性別を意識して子育て**していますか？



どんな点を意識している？

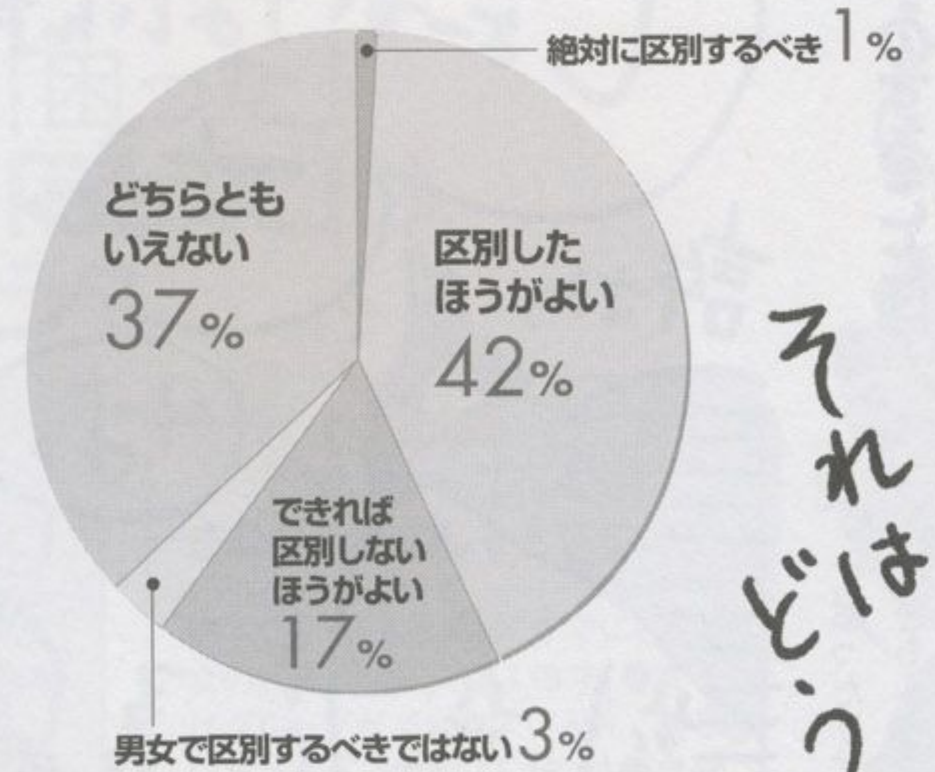
男の子

●服もおもちゃも男の子らしいものを選ぶ。（子ぶたのママ／6才・2才）●人に迷惑をかけなければ、ある程度自由に行動させる。（M・Y／10才）●しかるときはビシっと短く。（まんぼ／5才）●姉とのケンカのときに「男と女は力の差が出てくるから、それ以上はダメ」と止める。（どすこいチュウボ／4才）●「男の人は妻や子を養うためにがんばらなくてはいけないのだ」と勉強する意味を教えている。（トウィーティーの母／10才）

女の子

●幼稚園に入るころから、パンツが見えないようにとか、温泉は女湯にしか入れないようにしている。（ピンカーデル／5才）●戦いごっこで使うような言葉は使わせない。（I・I／9才・6才）●台所にいっしょに立つように心がけている。（ぽんちゃん／4才）●想像力豊かに育つように、ままごとセットなどイメージトレーニングのおもちゃを与える。（ぴよちゃんねる／4才）●「お〜い」と言ったら「ねえ」に言いかえさせている。（由紀／7才）

Q 男の子と女の子、**男女は区別して育てた**ほうがいいと思いますか？



区別したほうがいい

●差別はよくないが、性別が確かに違う以上区別する必要はあると思う。（ぴたん）●女性をねらった犯罪がある限り、身を守る方法を教えなくてはならない。女の子が気をつけるべきことはたくさんある。（ピンカーデール）●遊び方は自由でいいけれど、言葉づかいは女の子らしさを意識したい。（ままぱい）●自分自身の経験から、女の子はきれいでかわいいほうがいいと思っているので、そう言っている。（くみさん）●息子がおかまっぽくなったら困る。（息子のパンツ）

区別しないほうがいい

●男の子でもやさしいほうがいいし、女の子でも元気でたくましくあってほしい。（ERINA）●性別よりも個性だと思う。（ちびっこザウルス）●男性のピアニスト、女性の野球選手もいる時代、人としての可能性を狭めないために区別しないほうがいい。（たらコルネ）●「男だから」ではなく、人として強くやさしくあってほしい。（みき）●男らしさ、女らしさを小さなときに固定させたくない。男女分けへだてなく、同じ考えで育てていきたいです。（はるママ）

どちらともいえない

●男女の区別をしてはいけないといわれていますが、男女の役割はあると思う。男にしかできないこと、女にしかできないこともある。（りんこ）●難しいことですが、世間一般でいう男らしさ・女らしさを大事にし、そのうえで個性や性格をみていきたい。「男は度胸、女は愛嬌」だと思うので。（マミー）●基本、区別はしないほうがいいけれど、男の子だと「女の子にはやさしく」などは教えたい。（いるか）●まだ幼稚園児なので区別は必要ないが年齢が上がったら必要かも!?（E・Y）



専門家の声②

脳科学者

“古脳”は男と女で違います。男の子は攻撃性が高く女の子は低い。しかし誕生後に発達する“新脳”は男女同じです。差はつけないで

胎児期のホルモンシャワーで男の子の古脳は男脳に

―男性の脳と女性の脳は違うといわれますが、本当ですか？

男女にかかわらず、胎児の脳は受精後しばらくの間、すべて女性の脳です。しかし、男の子では受精後5カ月のとき、精巣からテストステロンという男性ホルモンが大量に分泌されるため、脳（古脳）が男性化するのです。だから、古脳は男と女で違います。

―「男の子と女の子って違う！」というのは、古脳の性差によるものですか？

古脳によって表れる明確な男女差の一つは「攻撃性」です。男の子は小さいときから活発で、じゃれついたり、とっ組み合うような遊びが好きですが、この「遊び」というのは大人の「攻撃性」と同一の古脳の働きによって起こります。そして、この古脳に分泌されるドーパミンという神経伝達物質が女の子より多いせいで、男の子は女の子より遊び好きなのです。

一方、女の子は遊び回るよりも、落ち着いて周囲をちゃんと見ています。そして、母親の教えに忠実です。これは人間だけでなく、サルも同じなんですよ。タンザニアのチンパンジーは、シロアリの巣に草をさし込んで「釣り」をして食べるのですが、メスの子どもは母親のまねをしてすぐに覚えるのに、オスの子は近くにいても遊んでばかりでちっとも練習しようとしないそうです。

少し前、NHKの「ダーウィンが来た」を見ていましたら、チータの狩りの練習でも同じでした。チータの家族は母親がもっぱら狩りをするらしいのですが、母チータが獲物を狙ってソロリソロリと近づくと、メスの子はチビなのに後ろにくっついて、母親のまねをしてソロリソロリ。でも最終的に母チータが猛ダッシュするときはさすがに後ろで見学しています。その間、オスのチビたちはまったく無関心で、2～3匹でお遊び。ここで母親から学ばないので、あとで大人になって途方に暮れたようにオス仲間で狩りをするのだそうです。

―幼稚園でもそういう男の子はいっぱいいますね（笑）。

チンパンジーの「シロアリ釣り」の習得は、オスはメスより4年も遅いんです。しかも、メスは母親そっくりのやり方を覚えますが、オスはオリジナルが多いそうですよ。人間の女の子も母親の教えによく従いますよね。だから言葉も早いし、ボキャブラリーも豊富なのでしょう。

知的能力に男女差はないはず。環境の影響で決まる

―国語は女の子が得意で、数学は男の子のほうが得意と感じますが。それも脳の男女差と関係がありますか？

結論から言えば、知的な学習をつかさどるのは新脳ですから男女差はないはずです。女子の読み書き能力の高さはデータでも裏づけられていますが、それは「男の子は外遊び」「女の子は家で読書」といった養育環境が大きいと思われます。数学に関しては、社会・文化における性別役割（ジェンダーといいます）の影響が大きいと思いますよ。「女の子は数学を勉強しても将来役に立たない」という養育・教育環境が女の子を数学の学習から遠ざけ、努力する意欲を損なっています。逆に「男の子だから勉強させなくちゃ」の意識が強いことも原因の一つです。

―海外では数学力の男女差は少ないのでしょうか？

女性首相が話題になったアイスランドでは、女子の平均点のほうが高いのですよ。ジェンダーギャップ指数（男女の平等性を指数化したもの）の順位が下の国ほど、男女の数学力に差が出る傾向があります。日本も順位が低く、数学力の差が大きい。新脳は環境の刺激に対応して発達しますから、新脳に男女差が生じるのは、幼いころから男女を異なる環境で育てたことの表れでしょう。

―こうした男女の脳の特性を考えたとき、どんな点に注意して育てたらいいと思われますか？

まず、女の子を活発に育ててほしいですね。読書もいいのですが、外でもたくさん遊ばせてほしい。その結果、空間認知力もつくでしょう。そして、女の子も数学が役立つよ、と勉強することを励ましてあげてください。そうすれば、「地図が読めない」「理数系はニガテ」なんて言われない子に育つと思います。

男の子なら、じゃれあったり、小さなケンカをすることを止めずに見守ってあげてください。古脳の攻撃性は、幼いころのケンカの積み重ねの結果、新脳がコントロールできるようになるのです。経験が少ないとかげんがわからず、突然キレて、気がついたら相手を殺していたということにもなりかねませんから。でもこれだけでなく、男の子にも母親の手伝いをさせてください。自分の食べるものを用意できるようになることはこれからの社会では必須です。オスのチンパンジーやチータの子と同じに育てるのは、ヒトの子としては困ったことです。

そして、女の子でも男の子でも、しかることよりほめるほうが、やる気を刺激することがわかっています。ぜひその子のいいところを見つけ、ほめて、いろいろなことを学習させてあげてください。



田中（貴邑）冨久子先生

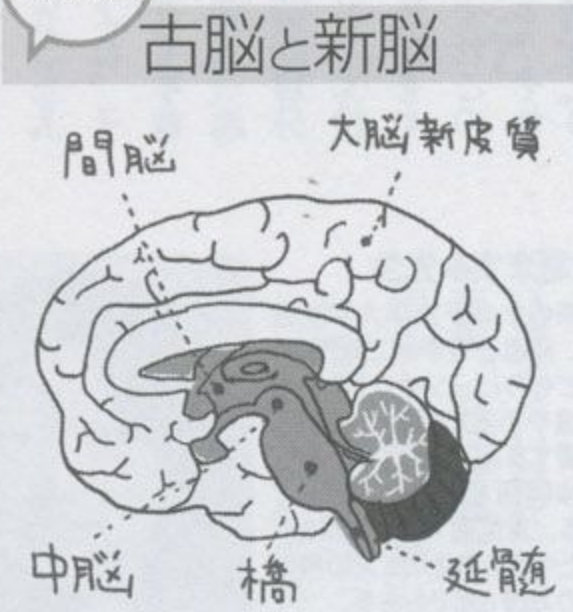
医学博士。横浜市立大学名誉教授、国際医療福祉大学大学院客員教授。専門は生殖生理学、神経内分泌学、脳科学。とくに「脳の性差」については第一人者。近著『がんで男は女の2倍死ぬ』（朝日新書）は、家族の健康を考えるうえでも必読の書です。



脳の進化学 ―男女の脳はなぜ違うのか
中公新書ラクレ　924円

ちょっとくわしく

古脳と新脳



脳は「古い脳」と「新しい脳」に分類できます。古脳（間脳、中脳、橋、延髄と大脳の辺縁系の一部）は、生命を維持したり、生殖活動を行うなど、生きるためのプログラムを「自動運転」させる部分で、誕生時には完成しています。逆に新脳（大脳新皮質や海馬）は、理性や意思をつかさどり、高度な記憶力や学習能力を発揮します。これは誕生時には男女同じで、その後、発達するものです。

hudie.com

男の子と女の子、どうやって育てたら幸せな大人になれますか？

「出産できた」「子育てできた」が女性にとって最大の幸せ？

男の子であろうと女の子であろうと、幸せな人生を歩んでほしい。それがすべての親の願いです。けれど、幸福にするにはどのように育てたらいいのでしょうか。コモママたちの多くは「女性に生まれてよかった」と答えていますが、それは「出産できたから」が圧倒的多数。やっぱり女性にとって出産と子育てはその幸福に大きな意味をもっているようですね。今後さらに少子化、晩婚化、経済の低成長が進むであろう社会を見すえて、幸せな大人に育てる方法を菅原ますみ先生にうかがいました。

Comoママアンケート

Q どんな子に育ってほしいですか？

男の子		女の子
思いやりのあるやさしい子	1	思いやりのあるやさしい子
強くてたくましい子	2	笑顔がすてきな明るい子
自立できる子	3	人に好かれる子

男女どちらでも「思いやり」「やさしさ」という言葉を選ぶ人が最も多く、性別を越えて大切なものがあることをママたちは実感しているようです。とはいえ2位以下の回答では、女の子には「他者に好感を与えるような子になってほしい」男の子には「強さ」「自立」を求める傾向がうかがえました。

Q ママ自身は女性に生まれてよかった？

Yes	82%
No	3%
どちらでもない	15%

その理由は？

もっとも多かったのは「子どもを産むことができて幸せだから」というもの。「過去に女で損をしたことがある」と答えている人も、「出産によって女性でよかったと思えるようになった」と書いています。次に多かったのは「おしゃれができるから」、そして「家事育児が好きだから」「男性のように働くなんてイヤだから」などの意見が続いています。



専門家の声③ 発達心理学者

パーソナリティーの男女差はほとんどない

―発達心理学の面からいうと、女の子と男の子では違いがあるんですか？

心理学的にいえば、パーソナリティー（個性）における性差はほとんどないんですよ。

―え!? そうなんですか？

もちろん、第二次性徴は女の子のほうが早く始まるなど、男女には生物学的な発達の違いがあります。でも、それがパーソナリティーに与える影響はとても小さく、それ以上に個人がもっている遺伝的要因や育てられる環境でつくられる差のほうがはるかに大きいことがわかっています。周囲の「女の子にはこうあってほしい」「男の子だからこうあってほしい」という期待も、その子の行動や性格に強い影響を与えていると考えられています。

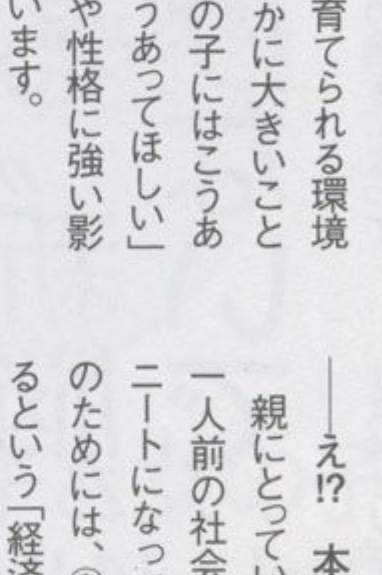
―コモ読者も「女の子だから人に好かれるように」「男の子には強くたくましく」という期待があるようです。

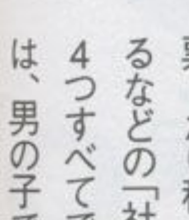
でも、それはこれまでの"理想の男女"ですよね。今後もそれが"理想"では、結婚するのも難しい時代になるかもしれません。

―え!? 本当ですか？

親にとっていちばん大事な仕事は、子どもを一人前の社会人として自立させることです。ニートになってしまったら大変ですよね。そのためには、①自分の生計は自分で立てられるという「経済的自立」②食事の用意をし、洗濯をし、暮らしていける「生活的自立」③自分のことは自分で責任を負う「心理的自立」④投票したり税金を納める、ボランティア活動をするなどの「社会的自立」。子どもはいずれこの4つすべてで自立する必要があります。それは、男の子でも女の子でも同じことです。

菅原ますみ先生
お茶の水女子大学大学院教授。発達心理学がご専門で、子どものパーソナリティーの発達や不適応行動の出現に影響する環境要因について、家族関係を中心に研究している。実生活では、高校2年生と中学2年生の2人の男の子のお母さんでもある。





『ママ』というオシゴト
主婦の友社
1,300円（税別）

蝴蝶网 hudie.com

hudie.com

心理面を探れば、男女差より個人差が大きい。これからの時代、料理ができる男の子、自立心のある女の子でないとモテませんよ



「出産できた」「子育てできた」が女性にとって最大の幸せ？

——でも結婚すると、「経済的自立」は男性が、「生活的自立」は女性が主に担当する家庭が多いものです。だとすれば、それを意識して子育てするというのも一つの方法では？

確かに現在の日本には専業主婦はたくさんいますし、彼女たちが家事や育児に真剣に取り組み、とてもステキに暮らしていることを私も知っています。でも、娘の世代もそうやってハッピーに暮らせるかというと「ちょっとお待ちください！」という状況なのです。

まず、少子化で子どもの数が減っていますから、税金や年金の支払いを男性だけに頼ることは不可能になります。コモ読者の女性たちは「働くか専業主婦か」を選べたけれど、娘世代は選べない時代になるでしょう。だから「男は度胸、女は愛嬌」の教育では社会に出たときに困るし、結婚も難しいと思います。

——度胸と愛嬌があっても結婚できない？

はい。経済の低成長時代に入り、雇用の不安定さやフリーターの増加からみても、男性一人で妻子を養うことは難しくなるかもしれません。けれど、夫婦で300万円ずつ稼げば年収は600万円になりますよね。必然的に、男性は経済的に自立した女性を選びます。では、経済的に自立した女性はどんな男性を選びますか？　当然、生活自立している男性です。家事も育児も分担できる男性とでないと、自分だけが苦労してしまいますから。

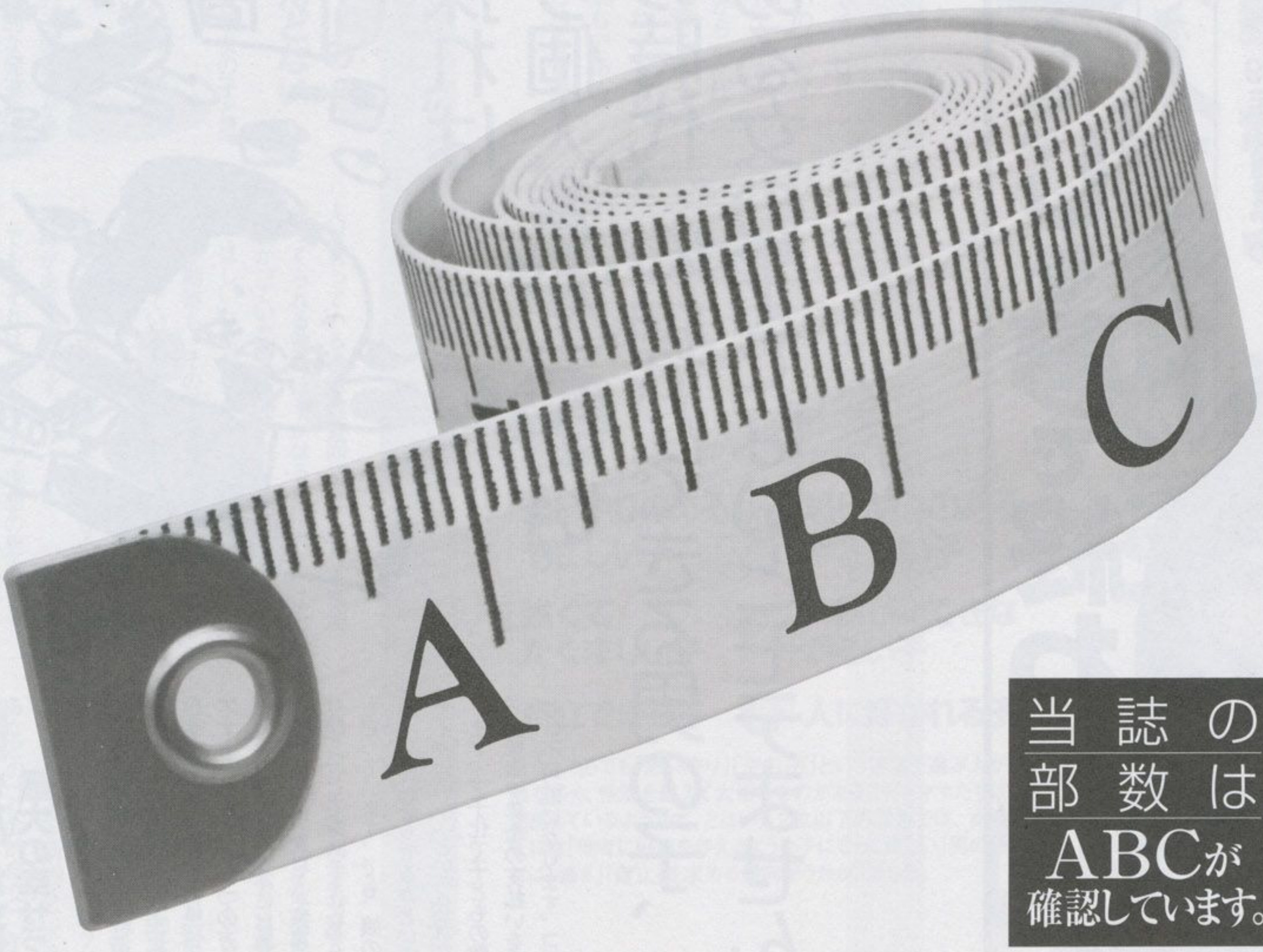
——具体的には、男の子、女の子をどうやって育てたらいいのでしょうか？

「女の子だから意識して台所に立たせる」のではなく、ぜひ男女ともに台所に立たせ、洗濯物をたたんでもらいましょう。自立の芽は、すべて毎日の生活の中ではぐくまれます。日々のお手伝いや、テレビのニュースや、読んであげる絵本。ほんの少しずつでも自立を意識して、365日積み重ねることが大事です。バランスのいい子に育てていきましょう！



蝴蝶网
hudie.com

フェアであるために

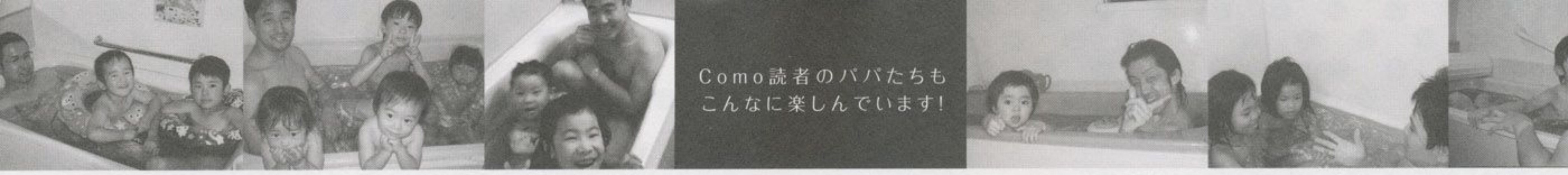


当誌の
部数は
ABCが
確認しています。

広告活動の合理化のためには、
自称ではない第三者が証明した部数の
提供が欠かせません。
明確なデータを提供する——それが
私たち新聞雑誌部数公査機構
（Japan Audit Bureau of Circulations）
の仕事です。

社団法人 日本ABC協会

http://www.jabc.or.jp


Como読者のパパたちも
こんなに楽しんでいます!

お風呂タイムはパパの子育て黄金時間（ゴールデンタイム）♥

楽しく「浴育」はじめませんか?

今、『浴育』という言葉が注目されているのをご存知でしょうか?
普段なにげなく入っているお風呂が親子の絆を深め、子どもの能
その重要なカギを握るのは、なんとパパなんだとか…!
「これは知らなきゃもったいない!!」ということで各方面へ取材を敢
知れば知るほど楽しい!面白い!「浴育」について調べてきました♪

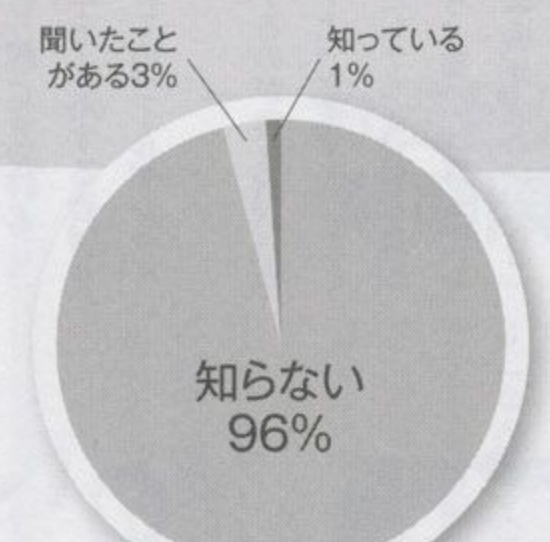
撮影／仲山宏樹(BOIL・安藤さん)、生田祐介(f-me・物)
イラスト／YUKIE　取材・文／和田玲子　●掲載協力店リストは179ページにありま



コモモデル＋読者
200人に
聞きました!

Q1

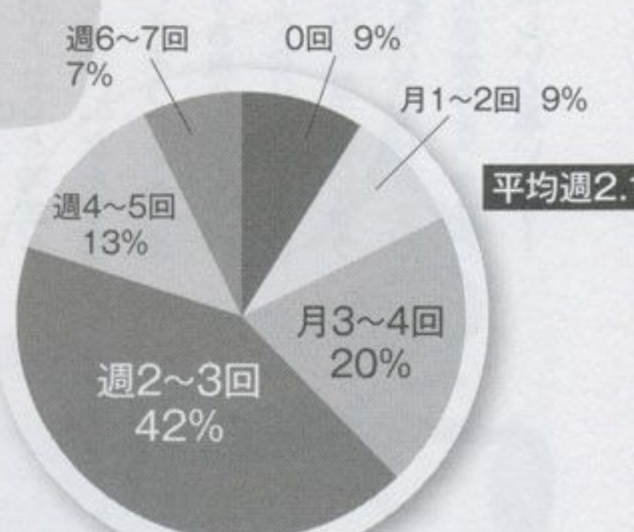
「浴育」って言葉を知っている?



「『食育』は聞いたことがあるけど『浴育』は初耳」と、ほとんどのママが知らないと回答。認識していた4%は「TVで特集していた」「お風呂用玩具のカタログで見た」「下の子の出産時に産院で聞いた」などでした。

Q2

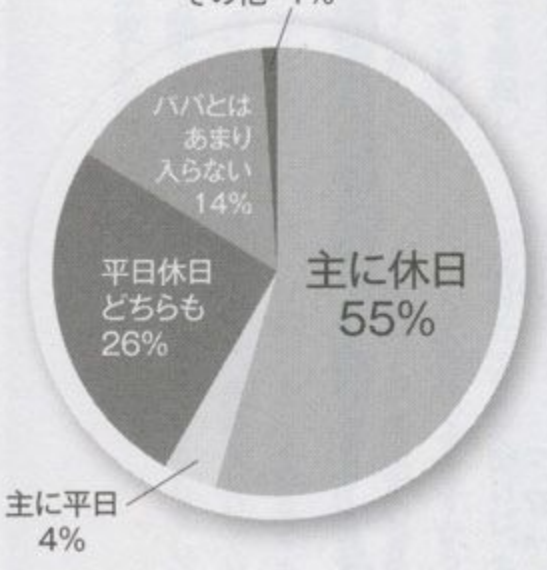
子どもとパパは週何回いっしょにお風呂に入る?



「子どもとは週2回前後お風呂に入る」というパパが多く、週2回以上は全体の6割以上に!「育児には長時間参加できないけれど、子どものお風呂だけは積極的に入れている」というコメントも目立ちました。

Q3

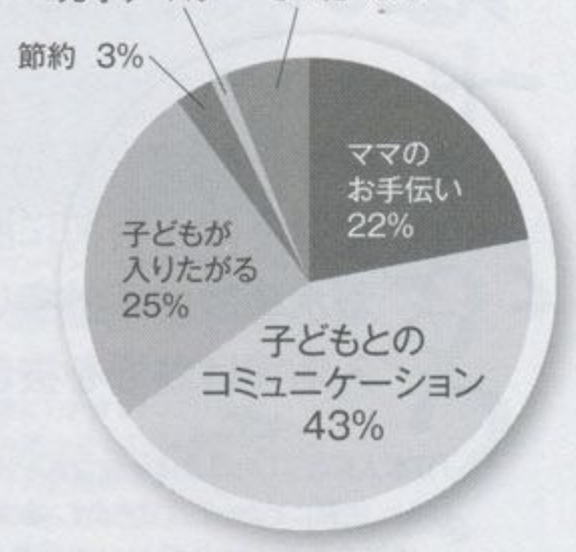
パパと子どもがいっしょにお風呂に入るのは、いつが多い?



平日はママ、休日はパパというように分担している家庭が5割超。時間があれば両方入れるパパも3割近くに。パパとは入らないという家庭は「子どもがママと入りたがる」「パパがお風呂に入れたがらない」などが理由。

Q4

パパが子どもをお風呂に入れるのは、どんな理由?



「子どもとのコミュニケーション」が最も多く、43%。きっかけはママにお願いされて子どもをお風呂に入れるけれども、やがてパパ自身が楽しいと感じ、いっしょのお風呂が習慣に!という家庭も多いようです。


蝴蝶网 hudie.com

まず知っておきたい基本の「キ」

「浴育」っていったい何ですか？

ほとんどのママが知らなかった、『浴育』という言葉。そこで『浴育』の最初の提唱者であり、その効果について研究している東京ガスの興梠真紀さんに、意味や意義について詳しく伺いました！



お風呂で話す、教える、スキンシップする…そのすべてが「浴育」です！

『浴育』と聞くと、お風呂で何か特別な教育をするものと思われるかもしれませんが、そんなに堅苦しいものじゃないんですよ。親子で仲良くお風呂に入り、いっぱい話していっぱい遊ぶ――このコミュニケーションが『浴育』そのもの、なんです。

お風呂って、入ると体が温まってリラックスできますよね。適度に閉鎖された空間だから、お互いの距離も近い。体を洗ってスキンシップするなど、まさに〝裸のつきあい〟ができる場所です。部屋にいるとおもちゃがあったりTVがついていたりして気がそれてしまいがちだけど、お風呂に入っている時間は親子でしっかり向き合って会話に集中できる。だから「今日はこんなことがあって楽しかった」とか「悲しかった」、「ナイショだけど…」なんて普段は言えないような深い会話が自然にできる、特別な場所になるんですよね。

幼稚園くらいのお子さんなら、なぞなぞやしりとりで会話を楽しみながら言葉のバリエーションを広げるのも楽しいし、タオルや洗面器であぶくをブクブクさせれば、何もないところから遊びを生み出す経験にもなります。小学生になれば親子でゲーム感覚で文字や九九の練習をするなど、遊びながら学ぶ絶好の学びの場になったりもします。わが家の息子たちもそうですが、お風呂のお湯そのものも、子どもにとっては興味深い遊び道具。シャワーやお湯かぶりをしながら水に顔をつける練習や、ひとりで髪や体を洗うことを覚えるきっかけにもつながるんですよね。こうしたお風呂での自然な「会話」「遊び」「学び」によって子どもは内側からぐんぐん成長するし、親と子の絆もしっかり深まる。『浴育』は親子で入浴する習慣がある、日本ならではの子育てのゴールデンタイムと言えると思います。

この『浴育』に大活躍するのが実はパパ。もちろんママでもいいんですよ。ただママだとどうしても「育児の延長」としてお風呂を負担に感じがち。でもパパなら、普段仕事が忙しくて子どもとふれ合う機会が少ないからこそ、子どもと楽しんでお風呂に入れます。実際に東京ガスの調査では、子どもとのお風呂を「楽しい」「好き」「気分転換になる」と感じるパパはママよりずっと多く、実に9割にものぼっていました！　子どもをお風呂に入れるきっかけは、「ママにお願いされて」など最初は「お手伝い」の意味合いが強いのですが、実際に子どもと入ってみると、ゆっくり会話ができる、コミュニケーションがとれる、とパパ自身が気づいて前向きにとらえられるんですね。

159ページのアンケートにもありますが、休日子どもをお風呂に入れるというパパたちはとても多いですよね。「パパが入れると時間が長すぎる」とか「よく洗えていない」なんて苦情もコモ読者ママから出ているようですが、洗い方が雑であっても、ゆっくりお風呂に入っていれば汚れも自然と落ちやすくなりますし、しっかり肩までつからない半身浴程度でもじゅうぶん温まります。普段忙しいパパが楽しみながらかかわれる『浴育』を、育児参加のきっかけとして、どんどんとり入れてほしいと思います！

YOKU IKU

お風呂のプロ、興梠(こうろ)さんに聞く

正しい入浴法&気をつけるべきコト

1. 小さい子はのぼせやすい。お湯はぬるめに!
2. やけどを負わないよう、湯温設定に気をつけて
3. 寒い冬は入浴前に脱衣場や浴室も温める
4. 溺水事故は案外多い。入浴中は子どもから目を離さない!!
5. 入浴後はお湯を抜き、フタは閉める

「日本人にとってお風呂は一生つきあうもの。安全でリラックスできる入浴法を子どものうちから身につけると、生涯にわたって役立ちます。基本は『ぬるめのお湯に汗ばむくらいゆっくり入る』こと。目安は37～40度のお湯に20分間くらいです。また、寒い季節は、浴室暖房乾燥機や、高い位置からシャワーで給湯し浴槽にお湯をためるなどの方法で浴室を温めると、健康のためによいでしょう。今は銭湯に行く機会もあまりないので、シャワーで『かけ湯』をするエチケットもぜひ家庭で教えてあげてください」

Adviser

教えてくれたのは…



東京ガス都市生活研究所主幹研究員
興梠 真紀さん

"もっと気持ちのいいお風呂"を研究し情報を発信中。小学生と幼稚園児の2人の男の子のママでもあります。著作は『しあわせバスタイムレシピ』(共著)他。

蝴蝶网 huadie.com

あのパパに聞いちゃおう！
「子どもとお風呂」どう入ってますか？

子育てを生活の一部としてエンジョイしているパパたちは、子どもとどんなふうにお風呂に入っている？「理想のパパ」おふたりのバスタイムについて聞いてみました！

息子を初めてお風呂に入れたとき「自分は父親だ」と実感！

昨年、引っ越したんです！ 念願だった海のそばの一戸建てで、お風呂も下の写真より少しは大きくなりました（笑）。今はとにかく忙しくて子どもたちとお風呂に入れるのは月2～3回くらいしかないけど、そのときは僕が子どもたち全員を一手に引き受けます。お兄ちゃんとお姉ちゃんは自分で体を洗って、いちばん下は僕が体を洗ってあげながら、今日のできごとや僕がいないときのあれやこれやを聞き出していることが多いかな。僕にとっては本当にホッとする時間です。

お風呂でのいちばんの思い出といえば、5年前、長男が生まれて初めて僕がお風呂に入れたときですね。そーっと抱っこして湯ぶねに入れながら、「今、手を離したら息子は死んでしまう！」と緊張したものです。あれは初めての「父親としての自覚」だったんじゃないかなぁ。そんな彼ももう5才。スイミングスクールのゴーグルをつけてもぐったりしているのを見ると、成長したんだなあって頼もしく感じます。11月には新しい家族が仲間入りして、僕も育休をもらう予定なので、またみんなでにぎやかに、ゆっくりお風呂に入るのが今から楽しみです。


蝴蝶网
hudie.com

俳優
つるの剛士さん

5才男の子、3才と2才の女の子のパパ。11月には第4子が誕生の予定。カバーアルバム第2弾『つるのおと』、読み聞かせ絵本『ぴっぴっぴー！』（主婦の友社）も好評発売中。



最新刊は10／5発売の『らくらく子づれリゾ婚』（ランダムハウス講談社・写真右）。今年6月のグアム挙式の様子を詳しくルポ！



「第3子が生まれる前に長男、長女と。3人入るとギュウギュウ！ それがまたいいんですよね」

YOKUIKU

お風呂は子どもを「みる」場所。期間限定だからこそ貴重です

うちでは毎日、ママがひとりで入浴したあとに、僕が子どもたちをお風呂に入れます。子どもたちが上がったら、僕がお風呂洗いをしてから出る。それがわが家の育児分担の日常です。

僕は子どもとのお風呂で、思いっきりおしゃべりを楽しんでますね。普段話しにくいことも話せちゃうのがお風呂のいいところ。たとえばママとのバトルが日課の長男には、「なんでママに怒られたのか」を解説します。また、映画『ハリーポッター』を観に行った日には「呪文をいくつ言える？」からはじまって「学校の誰にかけたい？」「それはどうして？」って話を広げると、子どもの社会が見えてくる。体に傷を見つけたときも必ず「これどうしたの？」って聞きますね。子どもだって幼稚園とか小学校とか自分の社会をもっていて、日々いろんなことが起きているんですよ。何かあれば、必ず表情やふるまい、体の表面に出ます。だから体を洗うときは、観察の「観」だったり診断の「診」だったりと、いろいろな「みかた」をして子どもからのサインを見逃さない。子どもは「お父さんはちゃんと見ていてくれる」と感じれば安心するし、親も「これはあそこで転んだやつ」「こっちは授業で机にぶつけた」なんて聞けば、ちゃんと遊んでんなーって確認できますから。

お風呂って期間限定の育児じゃないですか。いつかいっしょに入らなくなるときがくる。「父親だから入れなくちゃ！」と気張るのでなく、鼻歌まじりでリラックスして入れれば、結局子どもも楽しいんじゃないかなと思います。



NPO法人ファザーリング・ジャパン代表理事
安藤哲也さん

1962年生まれ。「父親であることを楽しもう」を合言葉に「子育てパパ力検定」や絵本の読み聞かせセミナーなどで活躍中。フルタイム勤務のママとともに小学6年生の女の子、3年生、1才の男の子の子育てを満喫中。

"パパのプロ"安藤さんに聞く
「パパ風呂」ママの悩み *Q&A*

Q1. **子どもがパパと入りたがらないんです！**

「子どもっていつもそばにいて、いっしょにごはんを食べてくれる人に親近感をもちます。普段あまり家にいないのに、突然いっしょに入ろうと言われても違和感があって当たり前。1日10分でいいのでふれ合う時間を増やしてみて」

Q2. **子どもとの入浴を面倒くさがるパパ、どうすればいい？**

「ママが命令するからいやなの。『子どもが入りたがってたわよ』と言えば悪い気はしません。あと、男って論理で考えたがるから『浴育はいいってComoに書いてあったよ！』と解説すると『ああそうか』と納得するという面も（笑）」

Q3. **パパと入ると洗い残しがあるんですが…**

「男はプライドが高くて繊細！ その場でダメ出しすると『もうやらない』ってなっちゃうから、翌日『子どもがかゆいって言ってたわよ。洗い残しがあったのかな？』とさりげなく注意してみて。『子どもが言ってた』というのがポイント」

Q4. **女の子はいつまでパパと入ってくれる？**

「3年生くらいで入らなくなる子が多いみたいですね。うちはこの頃自然と入らなくなったけれど、弟が入っていればいっしょにわーっと入っちゃうこともあります。やっぱり普段の父娘のかかわり方によって変わってくるんじゃないかな」

蝴蝶网 hudie.com

これぞ「浴育」！ 楽しいアイデアいっぱい

「パパと子のお風呂タイム」こうすればもっと盛り上がる!!

「浴育」にトライしてみたいけどどうしたら？ というパパ、そしてママに「話す」「遊ぶ」「学ぶ」の3つをめいっぱい楽しんでいる読者パパの実例をご紹介。さっそく今日から実践してみて！



Talk 話そう

リラックスするといつもより話せちゃう！

●パパとは週末くらいしかいっしょに入れないので、一週間にあったことや幼稚園や学校であったことを話しています。ほかによくやっているのは食べものの名前やポケモンなどのしりとり。年長の下の子はこれでだいぶ言葉を覚えました。（茨城県／うみとも／小4、年長）

●パパとは休日のみいっしょに入浴します。幼稚園のようすを話したり、キャッチボールやバーベキューなど「パパと今度したいこと」の約束をとりつけているようです。（青森県／カミちゃん／年長、年少）

●私には話さないような幼稚園での出来事を、主人がお風呂で聞きだします。リラックスできる場だし、私と違って根掘り葉掘り聞かないのがいいみたい。（埼玉県／ペンギン／年長）

●夫は子どもに質問しながら、幼稚園の様子などを聞いてます。先日は「パパはどういう女の人が好きなの？」と聞いている声が…。返事までは聞きとれなかったけど、「お風呂だと返事に困るようなこともズバッと聞いてくる」と苦笑していました。（福島県／ののっち／年長）

●休日は主人が子どもたちのお風呂係。楽しかったことや泣いたこと、幼稚園の友だちから大好きなシンケンジャーのことまで一生懸命話しています。そのうち歌を歌い出しカラオケ大会に。ご近所に聞こえそうなくらいの大音量です！（コモモデル 林 羽衣子／年少、1才）

●パパとふたりでよく言葉ゲームをしています。娘が「みーちゃん」と言ったらパパが「うーん、山田みきちゃん！」というようなお友だちの苗字あてゲームや、パパと娘で交互に数を数え「10を言ったほうが負け」ゲームなどもお気に入り。娘もどうすれば負けないか考え、「みくからね」とスタートを決めたりしている様子。（コモモデル 市原美帆／年中）

お風呂絵本で会話が広がる

●お風呂で読める絵本をシリーズで買って、湯ぶねに持ち込んでいます。ぬれてもすぐに乾くし、読み聞かせだけでなく文字や数字が書いてあるので勉強にもなるかと思って。かわいい絵も娘のお気に入りです♥。（コモモデル 伊藤友里恵／1才）

●入ったと思ったらすぐ出てくる主人に、お風呂絵本を渡しました。ふたりで絵本を眺めながらゆっくりお湯につかるようになったし、絵本を通して親子の会話も増えているよう。絵本が湯船にプカプカ浮くのも楽しいみたいです。（神奈川県／R／年少）

●お風呂にはよく絵本を持ち込みます。お湯につけると文字が浮き出てくるしかけ絵本に子どもたちは興味しんしん！（東京都／けんちゃんママ／年中）



ペネロペといっしょに体を洗おう！

ペネロペの耳の形のかわいい絵本はフカフカ素材で水に浮きます。「ペネロペ おふろ だいすき」1,050円／岩崎書店

Georg Halleensleben ©Gallimard Jeunesse



はじめてのお風呂絵本に最適

お風呂に入れると背景の絵が変わります。「ブルーナのおふろえほん1 ミッフィーだいすき」
1,260円／講談社

Illustrations Dick Bruna © copyright Mercis bv,1953-2009 www.miffy.com



Learn 学ぼう

東京ガス・興梠さん提案！

日本の四季をお風呂で感じよう

「日本では古くから「薬湯」が親しまれてきました。5月の菖蒲湯や12月のゆず湯などが代表的ですが、これ以外にも11月はみかん、2月は大根など手に入れやすい旬の植物を利用した「薬湯」があります。（出典：東京ガス都市生活研究所調べ）子どもに日本の美しい四季と伝統を教えてあげられるのでおすすめですよ。入浴効果についても、血行が促進され、お風呂上がりの保温効果がさら湯より長続きする、などが実際にデータとして確認されています」（東京ガス／興梠真紀さん）

「すんなり頭に入る」と評判！ お風呂シート

●お風呂用の日本地図を壁にペタッとくっつけてパパといっしょに覚えています。おもしろいように頭に入るみたいで、5年生の姉はクラスでひとり、47都道府県を言えてほめられたそう。ほかにも九九や世界地図をもっています。（富山県／ちゃちゃ／小5、小2）

●水ではりつくお風呂用の学習ポスターはひらがな、カタカナ、地図などを使っています。机で勉強するよりお風呂だとスーッと覚えられるようです。パパが「すごいね」「できるようになったね」とほめてくれるのもうれしいみたい。（熊本県／でこぽん／小1、年長）

●上の子用に「九九」のお風呂シートを貼っていますが、下の子も年長ながら覚えてしまっています。（岐阜県／ほのママ／小5、小3、年長）

●おふろで遊ぶ「あいうえお表」。そんなに期待していなかったけど、なんと1週間くらいでひらがなを覚えてしまった！ 買ってよかったおもちゃNo.1かもしれません!!（神奈川県／コナ／年少）

●うちのお風呂には国旗と特産物が載っている世界地図が貼ってあるのですが、子どもたちは世界のいろいろな場所に興味をもち、パパとの会話も広がっているようです。ひらがなや九九の表も貼ってあり、お風呂は暗記ものにはもってこいの場所だと感じています。（コモモデル 西久保 愛／小2、年長）

11月にオススメ！

みかん風呂のつくり方



みかんを食べたあとの皮を陰干ししておきます。20個分くらいが目安。

皮が乾いたらガーゼか木綿の袋に入れて浴槽に浸し、入浴します。

出典：東京ガス都市生活研究所調べ

コモモデルファミリーの HAPPY BATH TIME *Vol.1*



2009年コモモデル 伊藤友里恵さんファミリー

「もうすぐ2才の娘（写真は昨年のもの）のおしゃべりや歌にパパがフンフンとあいづちをうつ感じ。パパは泣かれてしまうのが苦手みたい。シャンプーは頭を適当にぬらしておしまい、なんてことも（笑）」



2009年コモモデル 山田静穂さんファミリー

「週末はパパとのお風呂率100%！ 何を話しているかまでは聞こえてきませんが、子どもはパパから幼稚園のことなどの質問攻めにあっている様子。とっても楽しそうです♥」



2007年コモモデル コーガー亜希子さんファミリー

「お兄ちゃんたちは、頭や体のきちんとした洗い方をダディから教えてもらったそうです。お風呂場の壁に貼ってあるお風呂シートで文字や数の当てっこゲームもよくしています！」

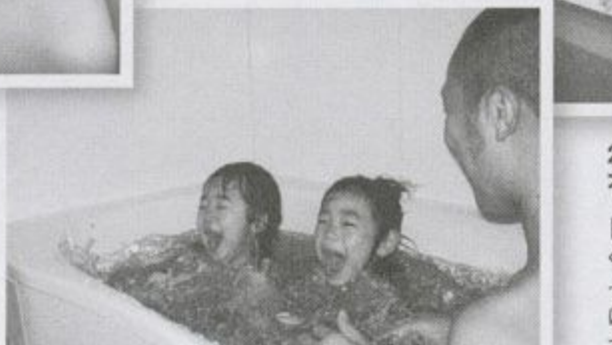
コモモデルファミリーの
HAPPY BATH TIME
Vol.2



2009年コモモデル
小田志津香さんファミリー
「パパと入るのは週2回、主に休日です。泡でツノやウサギの耳を作ったり、スイミング教室で習ったワザをパパに見せたりしているようで、外に聞こえるくらい笑い声が響いてきます!」



2005年コモモデル
有江真弓さんファミリー
「パパは可能な限り子どもとお風呂に入ってくれます。6才のお姉ちゃんとパパがもぐりっこをする横で1才の妹がまねして顔を水につけたり、とてもにぎやか! みんなでひたすら水をくんでいることも(笑)」



2007年コモモデル
中村晶子さんファミリー
「平日休日にかかわらず、週5回くらいはパパと入ってます。保育園での出来事を娘たちから聞きだして、コミュニケーションをとってますね。水鉄砲などのおもちゃを使って遊ぶこともあります」



Play
遊ぼう

工夫しだいで何でもオモチャ!

●洗面器は洗い桶として使うだけでなく、湯ぶねにもぐらせて空気をボコボコいわせてみたりと格好の遊び道具になっています。うちのは透明なので泡がよく見えておもしろいんですよ。(神奈川県／けろよん／小1)

●100円均一で売っているあわ立てネットはふつうのせっけんでもしっかりした泡ができ、ホイップクリームにみたてて全身をデコレーションしたり、髪をおもしろい形にしてみたり。使えます!(千葉県／もきお／小1、年中)

●ペットボトルやプリンカップ、家にあるものはなんでもおもちゃになります。スーパーで雨の日にもらう長いかさ袋なども、お湯を入れるとびよーんとなるのが楽しいみたい。(東京都／バナナビーチ／年長、3才)

●パパがペットボトルやあいたシャンプー容器で「嵐だ〜」などと言いながらお湯をばんばんかけます。子どもも「イヤー」と言いながら喜んでいます!(宮崎県／ドラゴンママ／小3)

●私と入りたがる下の子だって、パパと入ってしまえば長風呂に。シャンプーボトルを電車にして「ブーブー」と言いながら延々走らせたり、きょうだいふたりでバタ足をして泡を立てたりしているみたい。大騒ぎで楽しそう♥(神奈川県／オレンジ／小1、2才)

●コップひとつでも遊べます。さかさまにして沈め、手を離すと勢いよく浮かび上がってきたり、お湯を入れてカンパイしたり。小3でもかなり楽しそうですよ。(東京都／いたさん／小3)

●牛乳パックでコップやじょうろを作ってお風呂で使います。ある程度遊んだら気軽に捨てられるので便利です。(埼玉県／えりな／小3)

テンション↑↑ グッズもオススメ

●子どもが今、喜んでいるのはグローブ形の指人形スポンジ。手にはめて体を洗うのですが、指の一本一本が人やどうぶつの形でストーリーが作れるんです。お風呂係のパパはよく「お話しして!」とせがまれてます。(コモモデル コーガー亜希子／13才、年長、年少、0才)

●サクラクレパスの「せっけんクレヨン」はパパとのお風呂でいちばん登場回数が多いかも。せっけんなのでどこに書いても水で落とせて安心です。(コモモデル 谷口美佳／2才)

●いただきもののせっけんクレヨンでパパの背中や壁、シャンプーボトルなどにいろいろお絵かきして楽しんでいます。せっけんなので流せば落ちるのが◎。(東京都／花組／年中)

●水をかけるとお皿やケーキの色が変わる「まほうのティーセット」は女の子のいる家にはおすすめ。長風呂が苦手な私にかわり、パパが双子の娘たちをのんびり遊ばせています。(東京都／まいみお／小1)

●下の子はパパよりママがいい、というときがよくあるのですが、エビフライとかドーナツがブクブク〜っと出てくる「うちの3姉妹おふろでポン」で楽しく入ってもらいます。(富山県／うちは3兄弟／小2、年中、2才)

●壁にはりつくスポンジのおもちゃは、ぜ〜んぶ出して湯ぶねに浮かべて、拾ってははりつけ、を繰り返してます。(千葉県／まゆっち／小1)

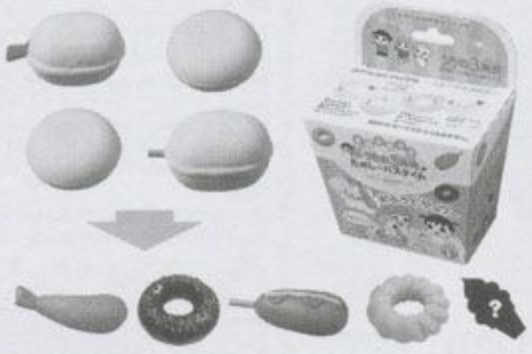


お風呂で魔法のおままごと
お湯をかけるとカップの色やケーキの種類が変わります。「まほうのティーセット」3,990円／パイロットインキ



どうぶつたちとゴシゴシ
農場にいるどうぶつの仲間たちのお顔が5本の指ぜんぶについたバスミトン。「パペットウォッシュ」1,260円／私の部屋 自由が丘店

ジュワジュワ揚げ物気分の入浴剤
お湯に入れるとまるであげものをしているように発泡する入浴剤。中からはあげものフィギュアが! 「うちの3姉妹のたのしーバスタイム」367円／ウィズ



©松本ぷりっつ/主婦の友社・3姉妹プロジェクト
© WiZ



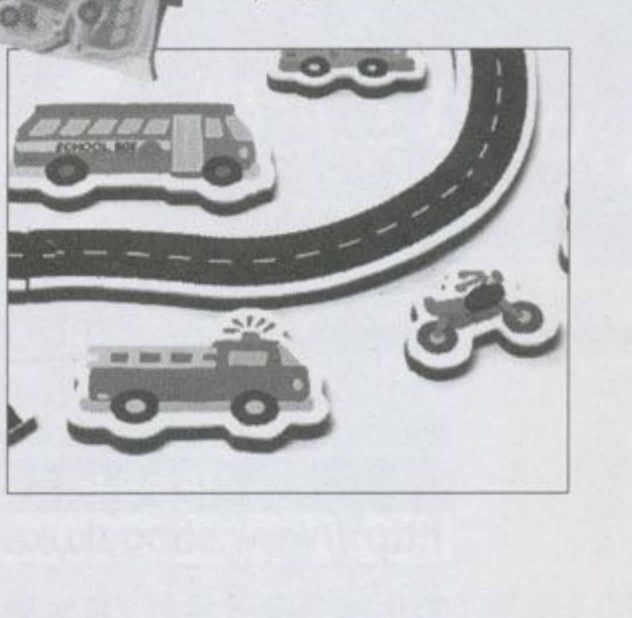
フェイスペイントもOK
植物性のろうを使ったバスクレヨン。終わったらあひるのスポンジで消せます。「ラブ・ア・タブ お風呂でお絵かき」1,155円／ボーネルンド

お風呂がおっきなキャンバスに
お風呂の壁や体にお絵描きのできるせっけん。遊んだあとはそのまま体を洗えます。「サクラクレパスせっけん」3本入り399円／バンダイ





タイルがたちまち楽しい道路に!
お風呂のタイルをぬらせばペタペタ貼れちゃう道路&車のステッカー。「バス・ステッカー・ロード」1,575円／ボーネルンド

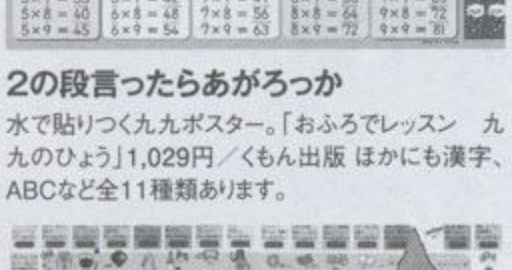




アンパンマンでひらがなを覚えちゃおう
50音表にキャラクター名をあてはめていくお風呂用パズル。「アンパンマン おふろでピタッとあいうえお教室」2,625円／アガツマ



2の段言ったらあがろっか
水で貼りつく九九ポスター。「おふろでレッスン 九九のひょう」1,029円／くもん出版 ほかにも漢字、ABCなど全11種類あります。

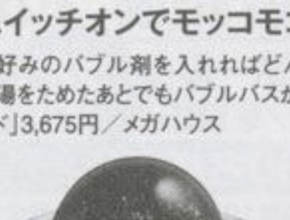


お湯をかけると地図に県名が浮かぶ!
名所、名産品の都道府県名当てクイズつき。「おふろシール 日本地図おぼえちゃおう!」1,029円／パイロットインキ 世界地図もあり。

Digi-Goods
お風呂で使えるお役立ちデジグッズ



スイッチオンでモッコモコの泡風呂が
お好みのバブル剤を入れればどんどん泡があふれ出る! お湯をためたあとでもバブルバスができます。「あわあわランド」3,675円／メガハウス





お風呂でプラネタリウム
湯ぶねに浮かべると天井や壁が南国の夜空に。親子で星座を見つけっこして! 「ホームスター パリゾートバージョン」7,140円／セガトイズ



録画もできるお風呂仕様ビエラ
TVが観たくて入りたがらない子にはコレ。また、髪や体を洗いたいときにふたを閉めておくと便利。「SV-ME750」オープン価格／パナソニック

hudie.com

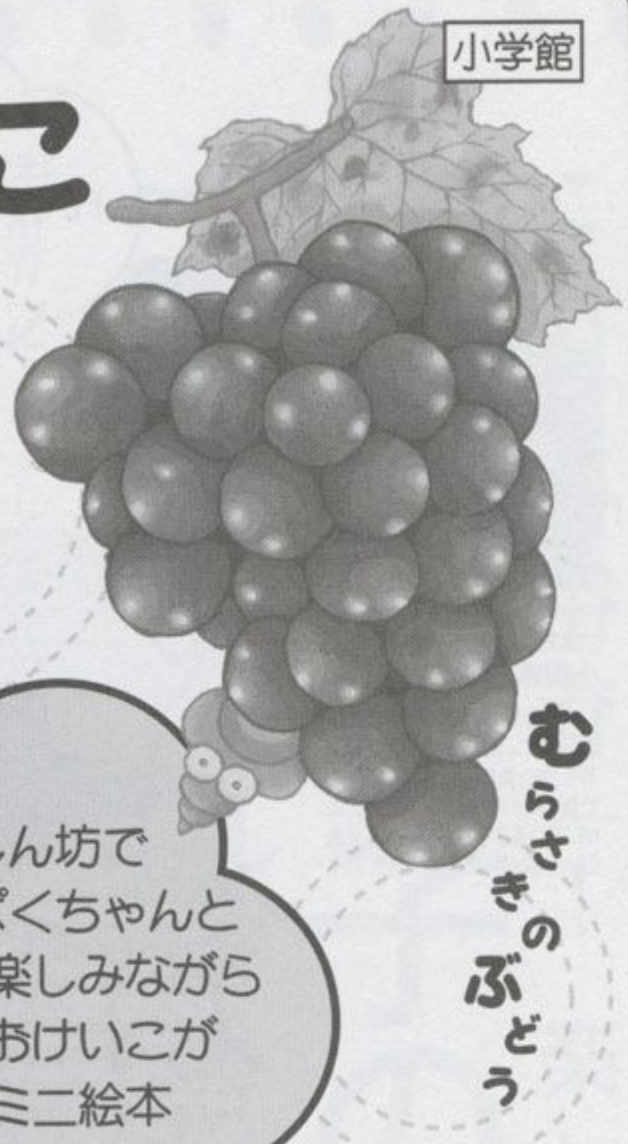
小学館

ぱくちゃんといっしょに

いろとかずのおけいこ はじめよう!!







食いしん坊で
かわいいぱくちゃんと
おはなしを楽しみながら
色や数のおけいこが
できるミニ絵本
です。

せきゆうこ／作

●定価(各)525円(税込)

ぱくちゃん かずのえほん

ぱくちゃん１ぴき、おにぎり２こ…
10まで数えられるかな？

ISBN978-4-09-726379-1



ぱくちゃん いろのえほん

いろとりどり、野菜やくだものが
い〜っぱい、おいしそうだね！

ISBN978-4-09-726380-7



蝴蝶网 hudie.com

すてきな読み聞かせコンサート2009



※写真は昨年度のものです

ドリームブックス コレクション
DreamBooks Collection 小学館

おはなし玉手箱

ライブ演奏やスクリーン映像をまじえた楽しいおはなしを、第一線で活躍中の声優さんたちが読み聞かせる「おはなし玉手箱」。
今年も楽しいおはなしをお届けいたします。

親子1組3名様　4,440名様［1,480組］

無料ご招待！

埼玉会場
2009年10月3日(土) 開場13:00〜 開演14:00〜
川口総合文化センターリリア
【アクセス】JR川口駅より徒歩1分
400組1,200名様をご招待！
募集は締め切りました。

名古屋会場
2009年10月18日(日) 開場13:30〜 開演14:30〜
愛知県勤労会館
【アクセス】JR・地下鉄鶴舞駅より徒歩5分
400組1,200名様をご招待！
募集は締め切りました。

大阪会場
2009年10月25日(日) 開場13:30〜 開演14:30〜
メルパルクホール
【アクセス】JR新大阪駅より徒歩8分
330組990名様をご招待！
お申込み締切▶2009年10月9日(金)[当日消印有効]

東京会場
2009年11月1日(日) 開場13:00〜 開演14:00〜
有楽町よみうりホール【アクセス】JR・地下鉄有楽町駅より徒歩1分／地下鉄日比谷駅より徒歩3分
350組1,050名様をご招待！
お申込み締切▶2009年10月16日(金)[当日消印有効]

お申込み方法

便はがきに ①希望会場名 ②住所 ③保護者とお子様、計3の氏名 ④お子様の年齢 ⑤電話番号 ⑥これまで「おはなし手箱」に参加したことの有無(ある場合は回数)を明記の上、記あてにお送りください。厳正な抽選の上、当選者を決定、招待状の発送をもって発表にかえさせていただきます。

お申込み先

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町2-14 SP神保町ビル8F
㈱昭通内「おはなし玉手箱」事務局「Como」⑪係

HPからも、ご応募できます
http://www.shogakukan.co.jp/tamatebako/

イベントに関するお問い合せ ☎03-5211-3741
——※土・日・祝日を除く11:00〜18:00まで——

※ご記入いただいた、お名前、ご住所、ご連絡先等は、今回の企画に関するご連絡をはじめ、企画運営に必要な範囲で利用し、その他の目的では利用いたしません。お客様のはがきは、抽選にもれた方のものは抽選後直ちに、当選された方のものは本企画終了後速やかに断裁し、6か月を超えて保有することはありません。

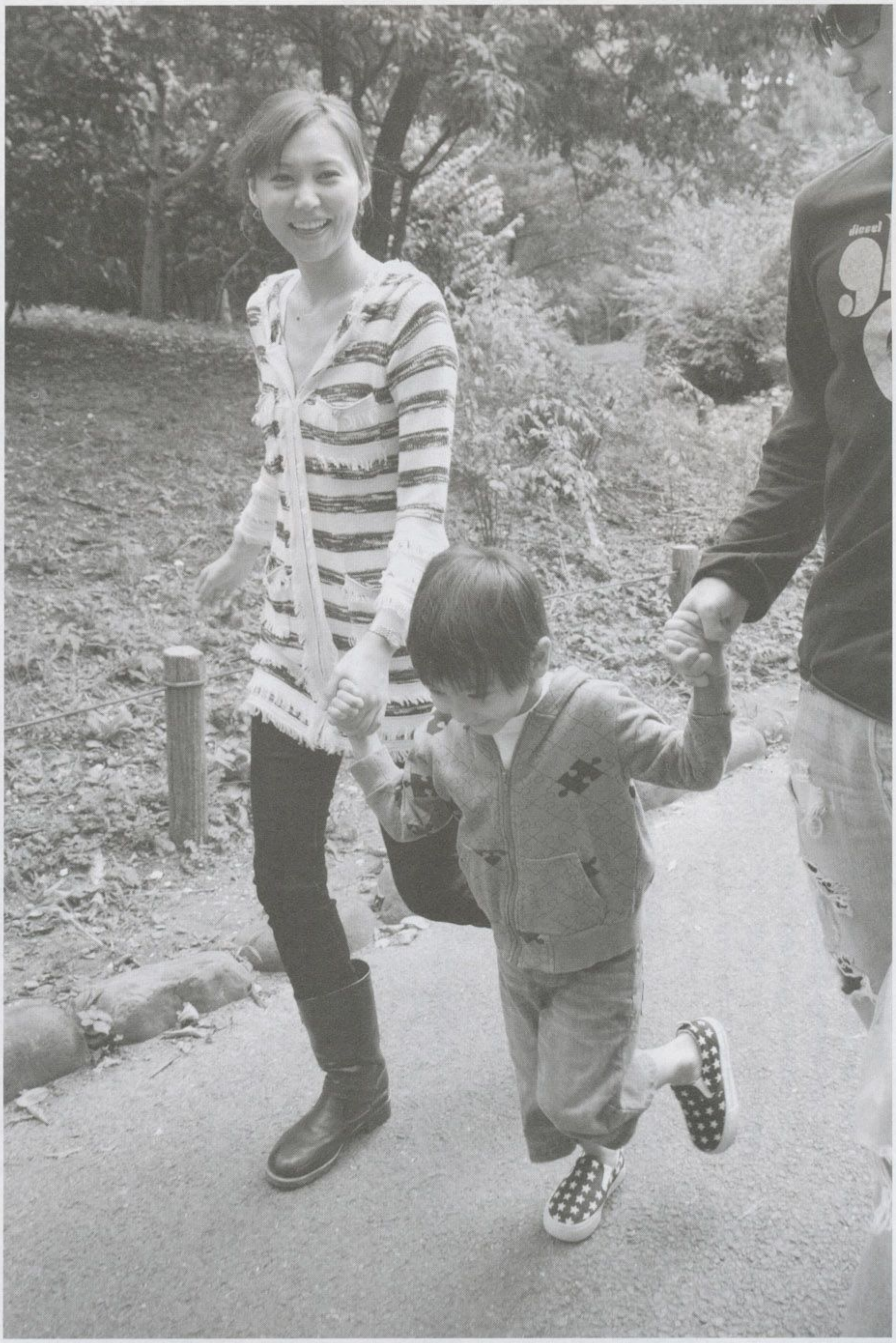
【主催】小学館【協賛】カルピス株式会社／日本児童教育振興財団【後援】中日新聞社(名古屋会場)

小学館

ママが突然、病気になったら…

そのとき、子どもは？ パパは？

2008年コモモデル
鮫島友希さん闘病記



家族がいつも笑顔で暮らす。そんな〝当たり前〟の日常がある日突然〝当たり前〟でなくなることがあります。非ヘルペス性脳炎という病に倒れ、命の危機と向き合った鮫島友希さん。いつ、だれにおとずれるかわからない命の危機を乗り越えた鮫島さんの体験を聞きました。

取材・文／神 素子
撮影／畠山あかり

蝴蝶网
hudie.com

完治する確率は4割程度。「覚悟してください」と言われたけれど奇跡は起こった

「娘を助けてください! 小さな子がいるんです」

「3日間が勝負です。本人の生命力しだいですが、最悪の場合もありますから、ご家族を集めてください」

突然の高熱。最初は風邪だと思っていた。病院では解熱剤を処方されて帰された。けれど、3日たってもあまりに体がだるい。おかしい。普通じゃない。体がだるくて、頭がうまく回らない。再び病院へ行き、採血と点滴をしていたら……、「鮫島さん! 鮫島さんしっかり!」。

そこで、鮫島友希さんの記憶は途切れました。次々に医師と看護師が集まり、検査をし、ICU（集中治療室）へ。その結果、致死率の高いヘルペス性脳炎の疑いが出てきました。医師は冒頭の言葉を家族に告げ、こう言いました。「昔は治る確率は4割といわれていた危険な病気です。後遺症が残る確率は3割、そして3割は残念ながら……」。友希さんのお母さんは、その場で泣きくずれたそうです。「娘を助けてください。小さな子どもがいるんです」。

本来なら子どもは入れないICU。特別な許可がおり、息子の鼓太郎くんはパパに抱かれて入室しました。青白い顔、かたく閉じた眼、つながれたたくさんのチューブ。そんなママの姿を押し黙って見つめていた鼓太郎くんは、翌日になってようやくパパにこう聞いたそうです。

「ママ、死んじゃったの?」

「そんなことないよ。病気なんだよ。よくなるよ」

「……ぼくが動物園に行きたいって言ったから、ママ、病気になっちゃったんじゃないのかな?」

心からあふれそうな不安。なぜママが突然こんなことになったのかと、幼いながらに必死に考えた鼓太郎くん。「そんなことない」と言いながらも、パパ自身、恐怖で押しつぶされそうだったと言います。「もう友希の笑顔は見られない。後遺症なしでこの家に戻れるはずがない」。

鼓太郎くんの5才の誕生日に戻ってきたママ

けれど翌々日、友希さんは目を開けて、ほんの少し話すことができました。鼓太郎くんはママの目を見ながら言いました。「5才になったよ」。この日は鼓太郎くんの誕生日。何があっても失うことのできない大事なママが戻ってきたのです。

友希さんの脳炎は「非ヘルペス性」であることがわかり、6日間のICUをへて、一般病室に移りました。しかし、突然けいれんを起こしたり、耳鳴りや吐き気、言動に障害が表れ





入院中、パパが毎日書いてくれた手紙。書きだしはいつも「大切な友希へ」「愛する友希へ」。「何度も読み、何度も泣きました。一生の宝物です」と友希さん。

nuare.com

蝴蝶网 hudie.com

鮫島さんの発病から退院までの軌跡

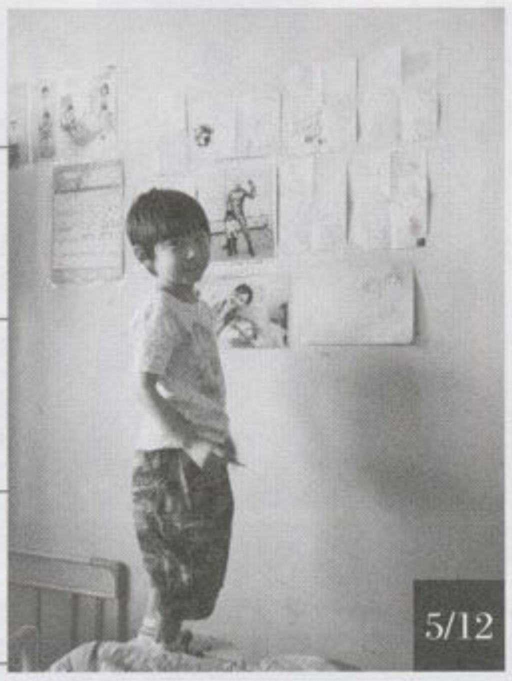
4/12	39度台の発熱のため、休日救急受診。 解熱剤の処方のみで帰宅
4/15	あいかわらず熱が下がらないため、 総合病院の救急外来へ。 点滴処置中に意識を失い、ICUへ緊急入院
4/16	非ヘルペス性脳炎と診断される。 目は開いたものの、この後数日間、 意識障害やけいれん発作を繰り返す
4/21	ICUから一般病棟の個室へ移動
4/27	この日以降、記憶が回復。本人の中では “入院後、初対面”のコタくんの面会を喜ぶ
4/30	初めて車いすに乗る。 言語療法を開始。 自分の年齢が答えられずに、号泣
5/1	歩行リハビリを開始
5/8	多少の記憶障害があるものの、 近いうちに退院の可能性を告げられる
5/9	車いすで初めて戸外に出る
5/12	退院日、決定
5/16	退院


4/27

鼓太郎くんを抱きしめる友希さん。顔色はまだよくないものの、この日から記憶が回復しました。


5月上旬

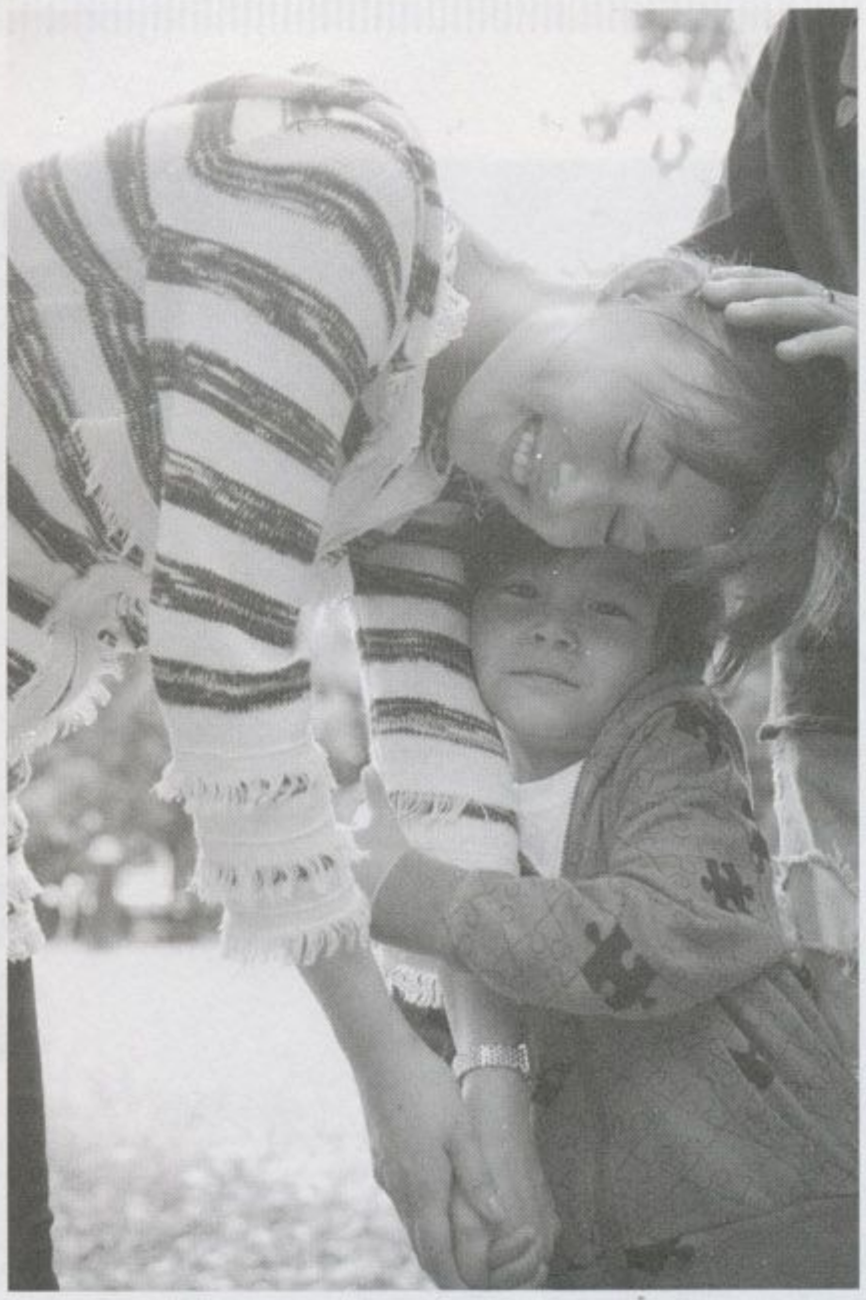
これが点滴のあと！　ひどいときには1日に5本もの針が刺さっていたときもあったとか。


5/12

鼓太郎くんの書いてくれた手紙は、病室の壁に貼っていました。これが友希さんの元気のもと。


5/15

わざわざ時間をつくって会いに来てくれた友だち。あまりのうれしさに、涙が出てしまうことも。



ることも。薬の影響で顔は丸くはれあがり、鼓太郎くんは「ママに会いたくない」と言いました。本当はさびしくてたまらないはずなのに。

パパは極力、家で仕事をし、どうしても仕事場に行かなくてはならないときには、鼓太郎くんを連れていきました。「友希に障害が残っても、コタは僕が責任をもってめんどうみるし、家事もやる」、そんな覚悟がパパの心に芽生えたそうです。「それでも、入院中の1カ月、ティッシュが手放せなかったんです。気がつくと泣いているんですよ、僕（笑）」

生きててよかった。死んでたまるか！

友希さんの記憶は、2週間ほど途切れたままでした。昨日の記憶は今日には残らず、今日の記憶は明日に持ち越せない。周囲も本人も、まったく予断を許さない状況でした。

記憶がしっかり残るようになったのは一般病棟に移って7日目（入院して2週間）、鼓太郎くんがお見舞いに来た日のこと。「2週間ぶりなんだから（本当は何度も来ているのに記憶がない）元気な顔を見せたいとお化粧して、点滴も隠して、普通のパジャマをはおって、なるべく普通に見えるようにって。それまで上半身を動かすこともほとんどなかったのに、起き上がってコタを抱きしめました。今思うと、どこにそんな力があったんだろうと驚くほど」（友希さん）

その日から、友希さんの記憶力が回復し始めました。「母のパワーってすごいですね（笑）。この子を残して死ななくてよかった。死んでたまるかって、本当に思いました」。

笑顔と元気をとり戻した友希さんは、1カ月の入院をへて退院しました。長い入院生活で筋力を失い、しばらくは杖をついて歩かなくてはいけません。そんな友希さんをたくさんの人が支えてくれたそうです。毎日のように友人や両家のお母さんが食事を作りに来てくれ、洗濯や掃除はほとんどパパが担当。

「小さな子どもがいるのに、治療だけに専念できたわたしは、本当に幸せ者です。自分がどれだけ支えられ、愛されて生きてきたのか、身にしみてわかった気がします。それ以来、自分も、誰かに何かあったときには助けてあげられる人でありたいと思いながら行動するようになりました」。そう友希さんは言います。

あれから半年。初秋の公園で笑い合い、はしゃぎ、ほおを寄せ合う鼓太郎くんと友希さん。それを見ながらパパがつぶやきました。「友希って、いつも笑っているんですよ。その笑顔がもう二度と見られないなんて想像もできなかった。今ここに笑顔の友希がいることが純粋にうれしい」。これこそが、家族の宝物なのです。



蝴蝶网
hudie.com



2009

おしゃべりBOX

秋が深まり、冬はもうすぐそこ。
そろそろコートやマフラーが恋しくなる季節です。
昨冬の子どもたちの洋服を引っ張り出してみると、
もう小さいものばかり…。
季節の変わり目は、子どもたちの成長を
もっとも強く感じる時期ですね!

Oshaberi BOX　イラスト／市川彰子　November

お便り&
お写真大募集!!

採用された方には
図書カード1,000円分
を差し上げます。

※詳しくは171ページを
ごらんください。

Monthly Theme 01 Oshaberi BOX

今月のテーマ

うちの家族の変なクセ

家族だけど、なんだか気になっちゃうクセってありませんか?
読者ママもパパや子どもたちのクセにお悩みのようです!

Letter_01 ★★★ お願いだからゆっくり寝させて!

毎晩寝ているときに困っていること、それは、パパ＆息子たちの寝相がメチャクチャ悪いことです!

冬はまだ寒いのでおとなしく布団にくるまっていることが多いのですが、夏の間は暑くて寝苦しいらしく、ゴロゴロしっぱなし。布団の向きなどお構いナシに転がりまくるので、顔を思いっきりけられたり、床に寝てしまった子どもたちを引き戻すために起きたり、おちおち寝ていられません。

おかげで毎日眠くて眠くて…。夜中に同じような格好で爆睡しているパパたちを見ると心が和みますが、もう少しゆっくり寝たいなぁなんて思うこの頃です。（山形県　アイコ　29才）

★子どもって笑っちゃうくらい寝相が悪いですよね。でもパパまで!? それはすごいですね! ベッドに寝かせてみれば、案外動かず寝てくれるかも知れませんよ!㊎

Letter_02 ★★★ 「有言実行」じゃないうちのパパ

クセと言いますか、習性と言いますか…。いつもいつも「お腹が出すぎやし、食事は野菜ばっかりにして～! 食べても太らないものを食べたい」と言っているパパ。だから、ご飯のメニューには毎日気を使っています。

なのに、私が子どもたちに買っておいたドーナツやおやつパンなど、甘くて美味しそうなものを見つけると、必ずと言っていいほど知らないうちに食べちゃうんです!! それって食べたら太るものばっかり。

私が野菜たっぷりのご飯をせっかく作ってあげてるのに! 涙ぐましい努力が水の泡…。そのお腹はいつまでたっても改善しませんよ!（大阪府　コトコトン　34才）

★パパも気持ちはやせたいんでしょうけど、無意識に手が出ちゃうんでしょうね～。こうなったらパパにバレないところにおやつを隠すしかありません! サザエさんとカツオくんみたいですけど。（笑）㊎

Letter_03 ★★★ まるで犬!? 息子のクセを直したい!

3才の息子は、とてもにおいに敏感です。10カ月の妹がうんちをするとすぐに気づいて教えに来てくれるし、洗濯物が生乾きだと「コレくさい～!」と嫌がります。

まだそれだけならいいのですが、食べ物から洋服まで、なんでもかんでもまず「においをかぐ」のがクセになっているので、お友だちのお家に遊びに行ったりすると私はハラハラ。出されたコップやおやつに鼻を近づけては、「くさい! オエッ!」と言ったり、「くさいからこれは食べない!」とケチをつけたり…。素直なのはいいのですが、ちょっとストレートすぎる! ママ

蝴蝶网
hudie.com

Youthfulness

04 Oshaberi BOX

我が青春の○○!

この曲を聴くと、このマンガを読むと、あのときの思い出がよみがえってくる…。
コモママ世代の"なつかしもの"ご紹介します。



『ハイスクール!奇面組 ①』
集英社文庫 590円
©新沢基栄/集英社

「ハイスクール!奇面組」

「小学生の頃、すでにアニメ化されていて、お兄ちゃんとよく観ていました。一堂零、河川唯などキャラクターの名前が面白くて、また内容もくだらないけど爆笑もので、小学校でもこの話題でもちきりでした! うしろゆびさされ組の主題歌も懐かしいなぁ」(栃木県 ぽっぴー 31才)

『3年奇面組』の続編として、週間『少年ジャンプ』に連載されていた人気コミック。「一応高校」を舞台に一堂零ら5人組が繰り広げる激しいギャグ合戦は必見もので、小中学生から絶大な人気を得る。1985年からテレビアニメ化された。

「ロングバケーション ~Long Vacation~」

「言わずと知れた木村拓哉さん、山口智子さん主演の名作ドラマです。当時大学に入学したばかりで、大人の恋愛に憧れていて、毎回胸をキュンキュンさせながら観ていました! 花火前でのキスシーンはドキドキ。個人的には木村さん派より、竹野内さん派でしたけど(*^_^*)」(東京都 K·N 33才)

木村拓哉、山口智子、稲森いずみ、松たか子、竹野内豊、広末涼子などの豪華キャストで話題となった、北川悦吏子脚本のトレンディードラマ。「ロンバケ」の名称で親しまれた。劇中で主人公・瀬名(木村)が弾いたピアノ曲もヒットした。



DVD「ロングバケーション」
(4枚組) 20,790円
発売元:フジテレビ映像企画部
販売元:ポニーキャニオン
©2001 フジテレビ



ケンちゃんラーメン/サンヨー食品
※現在は発売中止

ケンちゃんラーメン

「小4くらいのとき、母とスーパーに行くとねだっていつも買ってもらっていました。中にくじが入っていて、応募するとケンちゃんグッズが当たるということで、頑張って応募してたなぁ。残念ながら当たりませんでしたが…。『ケンちゃんラーメン、新発売!』と、みんなでよくCMのマネをしたものです」(大阪府 ケロコ 30才)

サンヨー食品から発売されていたカップラーメンで、子どもにピッタリの小さいサイズ&志村けんのCMがウケ、小学生を中心に人気を博した。現在は同様のポケモンラーメンを同社で販売している。

おたより募集中♥ 青春時代(中高生だったころ)の思い出のものを教えてください。本、マンガ、映画、ドラマ、お菓子、なんでもOKです!

Good Smile & Miracle Shot!

02 Oshaberi BOX

うちの子がイチバン

いい顔撮れたよ☆

見ているこちらが笑顔になっちゃう最高の笑顔、決定的瞬間をパチリ☆



岡川 陸くん(11才)、**百愛**ちゃん(8才)、**空生**くん(2才)

暑いグアムでココナッツジュースのとり合い! 飲んだあと、中の身を切ってもらって食べたら、さらにおいしくてまたまたとり合いしてました。(^_^;) (広島県 陸モア空生 39才)



田中みのりちゃん(4才)

「なかよしのポポちゃんと玄関で靴をはいてお出かけよー!」お気に入りのお人形をつれて、おちゃめにおどけて見せる娘です。(岩手県 つぶちゃんポニョのママ 35才)



塩谷佳司くん(2才)

浮き輪で遊んでいた2才の次男。静かになったなぁと思って見てみたら、ハマってスヤスヤしていました…。(笑) (福島県 塩谷里子 34才)

03 Oshaberi BOX

どう過ごしてる?

わたしのじぶん時間

子育て奮闘中でも自分みがきは怠らない。
アクティブママの手習いを誌上発表!

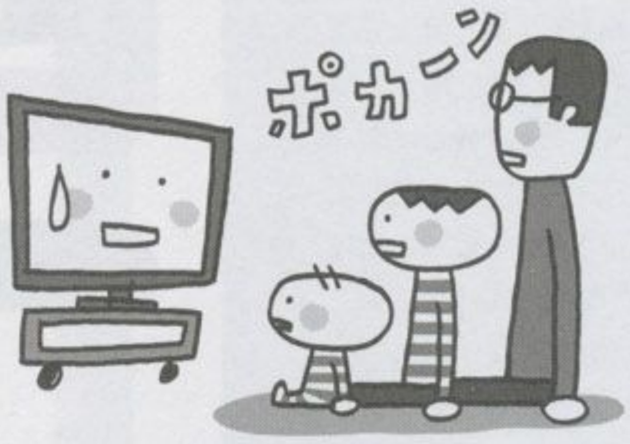
Hobby

保存食づくり

コモモデルの山田さとみさんも連載で紹介していましたが、私も保存食をつくるのが大好きです。梅のとれる季節には梅干はもちろん、梅ジャムや梅ドレッシング、はちみつ漬けに梅ジュースなど、いろんなものに加工します。いちごやブルーベリーでジャムを作ったり、夏はきゅうりを干してからパリパリ漬けにしたり…素材の旬の時季においしさを閉じ込めながらつくる保存食、家族にも大好評で一す! これからもレパートリーを増やして、いずれ娘に伝授していけたらと思います♪(岩手県 のあママ 33才)

Letter 01 ★★★

みんなそろって口をポカ〜ン!



友は笑って流してくれますが、私としては申し訳ないやら恥ずかしいやら。
何才になったら直るのかなぁ?と、悩んでいます。(東京都 モーちゃん 34才)

★それって大人になっても直らないかも??私の友人でもいまだに何を食べるにしても口に入れる前ににおいをかいで確かめる人がいますから。でも、それって動物的習性!? 悪くなったものを食べないようにするための本能かもしれませんよ〜。編

「クセ」と言うのかわかりませんが、わが家のパパ&子ども(5才と1才の息子)は、テレビを観るとき、皆同じ表情になります。この前もテレビを観ていたとき…ふとパパを見ると、口を開けて「ポ〜ッ」としていて。子どもを見ると、これまた口を開いている! しかもみんな笑いもせず、無に近い表情でポカーン。今度口の中に何か放り込んでやろーか!と考え中です。(笑)ていうか私も開いているんだろうか…怖すぎる!!(鳥取県 アモサワママ 31才)

★やっぱり遺伝ってありますよね〜。「教えてもいないのに、ナゼ!?」と思うほど、うちのパパと子どもたちが似ている瞬間もよくあります。夫婦は似てくるっていうし、そのうちママさんも仲間入りしちゃうのでは?編

2010年1月号のテーマは

「帰省で起こった事件」

いよいよ年末。皆さんの帰省にまつわるエピソードを募集します! 義理のご両親との間に起こったこと、子どもたちがやっちまった事件など…楽しいお便りお待ちしておりまーす。

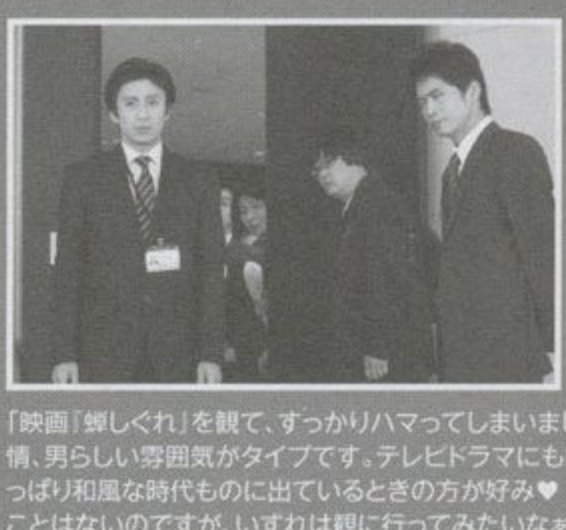
05 Oshaberi BOX



コモモデル
国米麻衣さんの

注目の♥ステキ男子

市川染五郎さん





DVD『相棒シリーズ 鑑識・米沢守の事件簿』4,935円/ワーナー・ホーム・ビデオ 10月21日発売
©2009「鑑識・米沢守の事件簿」パートナーズ

「映画『蝉しぐれ』を観て、すっかりハマってしまいました! キリリとした表情、男らしい雰囲気がタイプです。テレビドラマにも時々出ていますが、やっぱり和風な時代ものに出ているときの方が好み♥ 歌舞伎は観に行ったことはないのですが、いずれは観に行ってみたいなぁ♪」

●1973年1月8日生。九代目・松本幸四郎の長男として東京都に生まれる。5才で初舞台を踏んで以来、歌舞伎はもちろん、現代劇やテレビドラマ、映画でも活躍中。

楽しくおしゃべりしましょ♪ ママたちの Talk! Talk! Talk!

06 Oshaberi BOX

毎日は同じようで違うもの。日々の起こったことや感じたことをお聞かせください!

Talk! Talk! Talk!_01

ちょうちょになりたい!

息子は3才のとき「大きくなったら何になりたい?」と聞かれると、必ず「ちょうちょ!」と答えていました。絵本の『はらぺこあおむし』が大好きで、あおむしが大きくなり最後に美しいちょうちょとなって羽ばたいていく姿に憧れていたのだと思います。あれから1年。幼稚園に入園してからは、「戦闘ヒーローになりたい!」と家族で毎日闘いごっこをするようになりました! 母としてはようやくなりたいものが"人間"になって、安心しています。今日も闘うぞ~!!(北海道　そうたママ　32才)

★「ちょうちょ」になりたいなんて、とってもステキな考え! 子どもの自由な発想には、日々ビックリしたり、感心したりの連続。いつまでもその豊かな想像力を持ち続けてほしいです。㊗

Talk! Talk! Talk!_02

免許の更新でショックなことが!!

誕生日を前に、免許の更新をしてきました。講習を受け、新しい免許が交付されたのですが…、それを見てショック! かなりおばさんくさい!! お気に入りの服を着て、髪もかわいくセットしていったつもりなのに、顔が…(°o°)　5年前はそんなことを感じなかったのに、今回は月日の流れを感じてしまい、かなり悲しいです。メイクや表情の研究をし、5年後は今回も若く!を目標にしたいと思います。参考にしたいので、またいろいろ特集をお願いします♥　(富山県　ゆってい　37才)

★30代の5年間って大きいですよね! 皆さん実感していることだと思います!! それにしても免許の写真て、どうしてうまく写らないんでしょう? 『証明写真メイク特集』なんていいかもしれませんね!(笑) ㊗

Talk! Talk! Talk!_03

おいしいケーキがだいなしに(/_;)

1才7カ月になる息子を持つママです。先日、公園で初めてできたお友だち親子を自宅に招くことに♥　当日は朝からワクワク。ケーキを手土産に遊びに来てくれたのですが…いただいたケーキをお皿にとり分けていざ運ぼうとしたら、息子が邪魔をしてなんと台所のシンクにケーキがぼちゃん! 置いてあったたらいの水を見事に吸ってしまったんです!!(しかもシフォンケーキ!)　捨てては申し訳ないので、人生で初めてびちょびちょのケーキを食べました。まずかった…でも落ちたのが一切れでよかった!　(宮城県　アンパンマンママ　28才)

★それはショッキングな出来事! でもムダにせず、完食したママさん、エライ!! 初めてのお客さんをお家に招くのってドキドキですよね。仲良くなると、掃除してない部屋にもどんどん上げちゃうんですけど。(苦笑) ㊗

Talk! Talk! Talk!_04

不妊治療にもっと理解を!

私は結婚4年で子どもを授かりました。年齢と子宮内膜症、卵巣嚢腫もあり、子どもができにくく、不妊治療を2年近くしました。自然妊娠を試みましたがなかなかできず、5度の体外受精で命を授かったんです。国は子育て支援には力を入れていますが、子どもがほしくてもできない夫婦への支援はイマイチ。私は仕事をしているので、受診時間がとりにくいのが一番の問題でした。また、経費もすごくかかりました。命を授かった今は、チャンスを生かせたことに感謝ですが、不妊で悩む人たちへの国の援助をもっと改善してもらいたいです!　(秋田県　まりりんちゃん　45才)

★民主党政権になり、子ども手当てが手厚く支給されるようですが、確かにそれだけでは子どもの数は増えませんよね。実際不妊で悩む夫婦は現在とても増えています。もっと違った形での「少子化対策」もあるかもしれませんね!㊗



流れ者パンダ パン吉の 月刊裏コモ Ura Como

09 Oshaberi BOX

ある日突然やってきたパンダの「パン吉」が日々のごはん代を稼ぐため、
コモの裏側をさぐりに今日も行きますあちこちへ。

第23回　秋まっさかり!　パン吉「農業体験」をする

今日はいつもの撮影レポートと趣向をかえて、めがね編集部員Kの実家で農業体験にチャレンジしてみたぜ☆べつにネタがなくなったわけじゃな…ゴホン。快晴にも恵まれて、さっそくお手伝い開始!と思ったら、あわわ!!埋もれる!これは一体なんの作物だ?!「これは落花生だよ、パン吉(K)」これが落花生?どこに実があるんだ?「落花生の実は土の中にできるんだよ(K)」　へぇー、普段なにげなく食べている野菜でも、知らないことってたくさんあるんだな。面白い! それにしても日差しが強いなぁ。日焼けはお肌の大敵!!おっ、日傘のかわりにいいもの発見。おなかもすいたし、休憩してちょっとつまみ食い。「こら!さぼってばかりいないで手伝いなさい!(K)」怒られちゃったよ。はぁ、いっぱい働いたら疲れた~! 野菜を作るのって大変なんだな。これからはキライなピーマンも頑張って食べるぜ☆



蝴蝶网 hudie.com

ハートにグッとくる! おすすめDVD

07 Oshaberi BOX

笑いや感動で心のエネルギーをチャージ。人生変わるかもしれない(?)作品をご紹介。



©ZUIYO

『アルプスの少女ハイジ』

言わずと知れた名作アニメですが、フリーマーケットで「子どもに観せたい!」と思って購入し、再び観たらハマってしまいました!! 何よりもハイジのけなげさにウルッと来てしまい、子どもより私の方が感動。自分自身の懐かしい思い出もよみがえってくるようです。これからもたくさんの方に(もちろん子どもたちにも!)観てほしいなぁと思います。(長野県　ひまわり　35才)

父も母も亡くした孤独な少女ハイジは、それまで育ててくれたデーテおばさんのもとから、アルムの山奥に一人で住む祖父に預けられることに。アルプスの大自然でおじいさんやペーターと過ごしながら、健やかに育っていくハイジ。その後出会う脚が不自由な少女・クララとのエピソードはあまりにも有名!

「アルプスの少女ハイジ 35周年メモリアルボックス」
27,300円／バンダイビジュアル　※期間限定生産のため店頭在庫のみ

ハマりもの♥癒しもの

08 Oshaberi BOX

夢中になっているアイドル、こと、もの…。ママの"これさえあれば幸せ"はコレ!

01 テレビ懸賞、アガります!!

私が今ハマっているのは、テレビで参加できる懸賞です。福島の番組で『サイコロゲーム』というのがあるんですが、一年間応募し続け、先日やっと電話がつながったんです!!　テンション上がりまくりで、何を話したか忘れるくらいでした。(笑)　(福島県　こだまっち　30才)

02 トイレにもいい香り~♥

私は『Fruite Basket』というトイレットペーパーにハマり中。マスカット、ストロベリーなどいろんな香りがあって、その名の通りとってもフルーティ!　ほどよい香りなので、芳香剤いらずです。次はどの香りにしようかなー?なんて迷っちゃいます。(埼玉県　パンダっち　24才)

03 パパにも好評!　ヘルシーな蒸し料理

メタボ気味のパパのためにと買ったT-FALの『スチームクッカー』で、毎日蒸し野菜や薄切り肉の蒸しものを楽しんでます♪　トウモロコシもニンジンも蒸すとすっごく甘くって、娘も野菜を前よりよく食べるように!　手軽だしオススメですよ~。(神奈川県　さとちん　32才)

12 Oshaberi BOX

おしゃべりBOXにお便りください!

- ●1月号のテーマは「帰省で起こった事件」
- ●わたしのじぶん時間（ママの習い事など、できれば写真もご一緒に）
- ●我が青春の○○!
- ●ハマリもの♥癒やしもの
- ●ハートにグッとくる! おすすめの本、マンガ、DVD
- ●その他、フリートーク

24時間受付中!
fax.03-5280-7432
またはcomo@1018911.comまで

採用させていただいた方には
図書カード1,000円分をプレゼント!

13 Oshaberi BOX

Como&Pre-mo&Baby-moのパソコンサイトができました!

ママと家族がハッピーに過ごせる情報がぎっしりのサイトができました。
その名も「PreBabyComo（プレベビコモ）」。
お役立ちレシピやComoのケータイサイトでもおなじみコモモデルのブログなど、見どころもりだくさんです。
今すぐアクセスしてみてください♪

http://www.prebabycomo.com

※ハガキ、封筒の場合は下記のあて名を切り取り、あて名面に貼って送ってください。

〒101-8911 東京都千代田区神田駿河台2-9
(株)主婦の友社 Como編集部
おしゃべりBOX
『　　　　　　　　　　　　　　』係

名前　　　　　　　　　年齢

ご住所 〒

TEL　　　　　　　　　FAX

ペンネーム

キリトリ線

10 Oshaberi BOX



コモモデル松丸光子の

体当たりビューティー道




どんなに忙しくったってキレイなママでいたい!
美の情報を求めてビューティーハンター・松丸光子が奔走します!

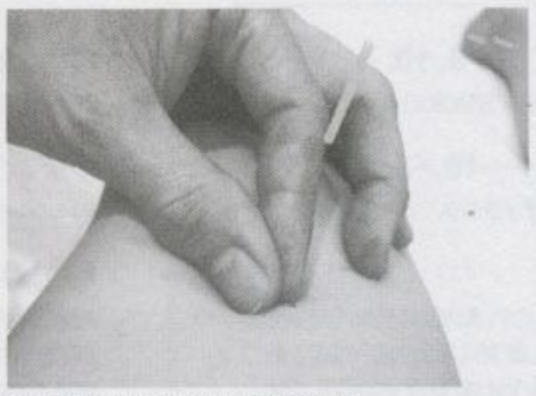
Profile ◆ 松丸光子（まつまる・みつこ）2005年コモモデル。小学校4年生の男の子と1年生の女の子のママ。

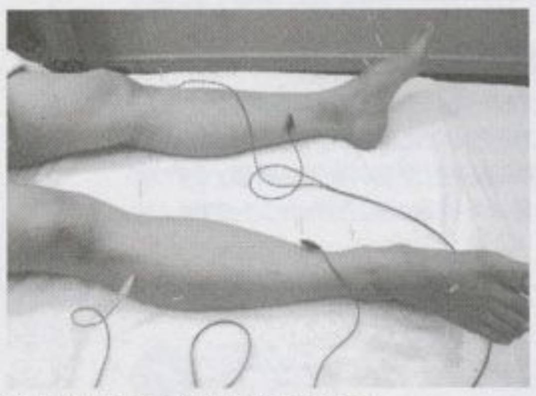
今回のお題

目指せ!スラリ足〜「美脚鍼」編〜

1回の施術で効果てきめんの「デザイン鍼」。むくみ足をカッコよくデザインしてもらえる「美脚鍼」で、人生初の鍼ワールドを体験してきました!


渾身のハンドマッサージ。


超極細の鍼がツボの深部を刺激!


鍼＋低周波で、両足に効きまくり♥


キュッと引き締まった美脚ラインに!!

鍼の効果を高めるべく、まずはハンドマッサージから。「なにがなんでも美脚に!」の熱意がビンビン伝わってくるこのマッサージ、ベッドごとガタガタ揺れるほどのガッツリ系。むくみがすっかり改善されたところで脈を測り、本日の健康状態から鍼の本数や刺激を決定。リンパ液の流れがよくなったところで鍼のスタート! 「…チクン」小さな痛みはあるけど、余裕でスルー。「少し奥まで打ちますよ〜」。髪の毛より細い鍼が、皮下脂肪1cmほどにある美脚のツボの深部へ到達。すると不思議なことに、「ツーン」とした重い響きが足全体に広がり、まさに「ツボにはまった」手ごたえを実感! ひざ下を中心に片足9本ずつ、合計18本の鍼が打たれたわが足は、ちょっとした針山状態。平常じゃありえない光景だけど、痛くもかゆくもなく、妙な達成感にホクホク♪ ツボたちよ、どんどん活性化して美脚を作ってくれたまえ!

鍼に15分ほど低周波を流したあとは、抜針&指圧マッサージでフィニッシュ。この美脚鍼、実は見た目以上に体の内部から美しくなれるんだそう。足のラインも引き締まったことだし、ショーパンデビューも夢じゃないかも♪



S H O P　D A T A

代官山マリーグレース（http://www.marigrace.com）
☎0120-322-118
美脚をデザインする美容鍼（60分／8,400円）

11 Oshaberi BOX

今月の気になる数字

ママや家族にまつわる数字を1つ徹底解剖!
さて、何の数字でしょう?

NUMBER

38

これは20代、30代の子育てママたちに聞いた、「1週間にインターネットのコミュニティサイトを利用する総時間」。同じママたちが1週間に公園で子どもを遊ばせる時間は2.9時間だったということで、イマドキママは公園にいるよりネットサーフィンをしている時間の方が長いことがわかりました! そんなインターネットを活用する『デジマム』の約8割は、ケータイではなくパソコン派。家にいる時間が長い、安くて使いやすい、ブログをやっているなどの理由で、出産を機にパソコン派に移行する人も多いとか。確かに便利なネット。これからも賢く利用したいですね!!

●出典／「現代の子育て主婦におけるネット活用実態調査」NTT西日本
東京・大阪の20〜30代のインターネットを利用する
母親519人に調査（2009年7月）

蝴蝶网
hudie.com

Happy Horoscope

★ムーン・リー先生の

2009.10/1〜10/31

家族でハッピー★星占い

家族がHAPPYに過ごせるメッセージを、毎月みなさんにお届けします。ママはもちろん、パパと子どもの運勢もチェック。星を味方につけて、幸せをがっちりつかみましょう!

※各星座別の「全体運」は最高が星3つになります。

illustration : Eri Katayama



♈ 牡羊座
ARIES
3.21〜4.20



全体運 ★★★

華やかな魅力でパワーアップ

華やかな人脈が広がるとき。行動力も高まり、ダイエットにも成功。思う存分おしゃれも楽しめます。ママ友に「その洋服どこで買ったの?」と聞かれるなど、ファッションリーダー的な存在になれる暗示も。パパからもほめられます。この時期のキーワードは「二者択一」。ママ自身のことはもちろん、パパや子どもに関することでも決断を迫られる場面に、数多く遭遇するでしょう。迷ったときは自分と境遇が似ている人、もしくは同じ牡羊座の人に相談してみるといい結果が期待できます。健康面では生理痛や婦人科系の病気が心配。異変を感じたら即病院へ。

◎ラッキーデー…10／22、31
人気運上昇。有意義な人脈に恵まれる

◆アンラッキーデー…10／11、12
金運にツキなし。落し物注意

♈ 牡羊座のパパ
本来行動的で、性格にブレのない牡羊座パパですが、この時期は優柔不断に。仕事でも迷っているうちに大チャンスを逃すことも。健康面では歯のアクシデントの暗示が。アウトドア系のレジャーでは特に注意を。

♈ 牡羊座の子ども
友達運にかげりあり。普段は穏やかないい子も、この時期はぐずることも。特に女の子のほうがその傾向が強まります。習い事は、男女ともに日本舞踊や合気道など、伝統的なことで才能を発揮します。

♉ 牡牛座
TAURUS
4.21〜5.21



全体運 ★

頑固な性格が災いのもとに

こうと決めたらそれを絶対にゆずらない、頑固な性格が強調されるとき。人気運に恵まれるにもかかわらず、意固地になってしまい、人とぶつかり合うことが増えれば。さらにそんなイライラした気持ちが顔や態度に表れやすいとき。周囲の人に不快感を与えていないか気をつけましょう。中旬以降は婦人科系の病気の心配が。キーワードは下着。下着でしめつけすぎたり、サイズの合っていないものを身につけたりすることで、体形はもちろん体のバランスをくずすおそれも。金運は絶好調。貯めすぎず使いすぎず、メリハリのあるお金の使い方を心がけて。

◎ラッキーデー…10／7、15
美容運吉。買い物上手にもなれる日

◆アンラッキーデー…10／27、28
のんびりしすぎてチャンスを逃す日

♉ 牡牛座のパパ
仕事運が停滞ぎみ。上司に目をつけられ、おもに人間関係に悩まされることも。部下や同僚にも誤解されることが。そんな職場でのストレスをママにぶつけてくる暗示も。ママはやさしく聞き役に徹しましょう。

♉ 牡牛座の子ども
男の子・女の子ともに一言足りず、誤解されそう。引っ越しなどで環境に変化がある子は、パワーを発揮できずさらに落ち込みそう。習い事運は好調。ぐずついてもこの時期スタートさせることがポイントです。

♊ 双子座
GEMINI
5.22〜6.21



全体運 ★★

家族レジャーでツキを呼び込む!

レジャー運が絶好調! 子どもの行事や受験などで旅行どころじゃないママも、ちょっとでも時間があったらお出かけがおすすめです。パワーチャージのきっかけになるはず。また仕事復帰にもツキあり。特に英語を使う仕事など、「海外」がキーワードに。金運、健康運も好調。妊娠運も高まります。また社交運もGOOD。そんな楽しい時期ですが、10/1〜7に携帯電話による通信ミス勃発のおそれが。送信先を誤ってメールを送ったり、電話で話したことが誤解されて、対人関係が悪化することも。この時期は特にコミュニケーションの大切さを意識して。

◎ラッキーデー…10／9、10
いい知らせが舞い込む日。黄色吉

◆アンラッキーデー…10／2、29
思いどおりに事が進まずイライラ

♊ 双子座のパパ
引き立て運に恵まれるとき。転職も好機。情報収集のため動けば動くほど、運気が舞い上がります。新しいことへのチャレンジも思わぬ幸運をもたらします。黄色いハンカチがラッキーアイテムに。

♊ 双子座の子ども
アクティブに行動できるとき。習い事は体を思いっきり動かすスポーツが最適。ただ子どもがやりたい習い事があれば、その気持ちを優先させてあげて。活発なときなので、男の子は頭のケガに要注意。

♋ 蟹　座
CANCER
6.22〜7.22



全体運 ★

「ガーデニング」でリフレッシュ!

さえない運気。本来ちょっぴりおせっかいな蟹座ママ。今月はそんな性格がエスカレートし、人のためにがんばりすぎてしまうことも。ただ、そのがんばりもすべて裏目に。この時期は、何事もほどほどにこなすことが、トラブル回避につながります。対人関係もイマイチ。目上の人やあこがれの人との関係が悪化しそう。金運も低調。家のリフォームやイメージチェンジなど、ポジティブな出費こそ失敗します。今月は控え、来月以降に計画しましょう。ラッキーワードは「園芸」。親子でプチガーデニングを楽しむと◎。乱れた運気もゆっくりと回復するでしょう。

◎ラッキーデー…10／11、30
あきらめていたものが見つかる日

◆アンラッキーデー…10／4、18
感情が乱れ、対人面に支障をきたす日

♋ 蟹座のパパ
仕事運はまずまず。ただ転職したいパパはこの時期は避け、現状キープを心がけて。またママに内緒で趣味にお金をつぎ込むことも。カード類は持たせないなど対策をとって。スタミナのある食事がツキあり。

♋ 蟹座の子ども
不安定な時期。特に女の子は、男の子とトラブルを起こしがち。ママは目を光らせておいて。習い事運は好調。頭を使うことが特に◎。学習塾などに通わせてもいいでしょう。すり傷など小さなケガに用心して。

♌ 獅子座
LEO
7.23〜8.22



全体運 ★★★

「大事なことは早めに」がカギ

10/22までは思いどおりに事が進む好調期。ただ、後半はトラブルが待ち受けています。月の前半・後半で運気がガラリと変わる気配があるので、大切なことは早い段階で片づけて。対人面では知的な人に縁がありそう。アイデア豊富で、自分にとってプラスになるママ友出現の予感も。基本的に無邪気な性格の獅子座ママですが、この時期は慎重な人づきあいを心がけて。さらに仕事復帰もねらい目。レジャー運も絶好調! キーワードは「秘境」。人気スポットではなく、あまり人が集まらないマイナーな場所こそ、ラッキーなことがひそんでいます。

◎ラッキーデー…10／13、14
金運吉。貯蓄上手になれる日

◆アンラッキーデー…10／21、28
いいと思ってやることが裏目に出てしまう日

♌ 獅子座のパパ
短気でけんかっ早い性格に。車の運転のときはいつも以上に注意を。通勤時に急いで事故に遭う、なんて恐ろしいことにもなりかねません。引き立て運や出世運が吉。仕事に関するいい話がめじろ押しです。

♌ 獅子座の子ども
順応性が身につくとき。習い事も、2つ以上させてもうまくこなせるでしょう。音楽やバレエなど、華やかなことをスタートさせるといい時期です。自己アピール力も◎。試験や面接で力を発揮します。

♍ 乙女座
VIRGO
8.23〜9.23



全体運 ★★

懐かしい友達がキーパーソン

金運が絶好調! 仕事復帰のねらい目であることはもちろん、趣味が仕事につながることも。サイドビジネスで成功し、家計がうるおうママも続出。ラッキーパーソンは「昔の友達」。今まで疎遠になっていた友達に、思い切って連絡をとってみて。夫婦運もまずまず。子育ての意見が一致するなど、いい関係を保てそうです。今までに何となくパッとしない日々を過ごしていたママこそ、今月はいい流れにシフトできるチャンス。あきらめたことや、中途半端になっていることに再チャレンジすると、さらに運気アップをはかれます。今月のキーワードは「努力」です。

◎ラッキーデー…10／15、25
きれいになったと言われ、気分がいい日

◆アンラッキーデー…10／9、10
健康が不調。勘も鈍る日

♍ 乙女座のパパ
周囲の環境がめまぐるしく変化するとき。職場では、同僚が退職し気づけば昇進のチャンスがめぐってくるなどうれしい出来事も。今月、交際費は惜しみなく使いましょう。ダイエット中のパパは減量にも成功!

♍ 乙女座の子ども
自己アピール力がさえ、能力が高まるとき。この時期をねらって、いろいろなことにチャレンジさせてみては? 特に歌や発声法、ダンスなど、「音」にまつわることにツキあり。ラッキーサプライズの予感も大。

ムーン・リー先生
PROFILE
雑誌やテレビ、新聞などで活躍中の西洋占星術師。「怖いほど当たる!」と評判で、政治家から大物タレントまで、幅広い業界から、圧倒的な支持を得ています。

蝴蝶网
hudie.com

LUCK HOROSCOPE

今月のラッキー星座 BEST 3

1位 天秤座

ラッキーサプライズの連続! 特に10/11～28は絶好調。有益な話が舞い込んだときには自分のところだけにとどめずみんなに知らせると、より開運に。「おすそわけ精神」でさらに星を味方につけて。

2位 蠍座

今までイマイチの運気だった蠍座ママ。うれしいことが起きても謙虚な姿勢で受け止められる時期だからこそ、さらに運気がアップしそう。疲れしらずで、健康運も絶好調。信頼度もアップ。

3位 牡羊座

魅力や個性がフルにアップ。何もしていないのにキラキラ輝ける時期です。困ったときにも必ず手をさしのべてくれる人が。ラッキーカラーである「赤」の小物が今月は特に運気を高めます。

ADVICE

ムーン・リー先生のお告げ

みなさまこんにちは。家事や子育てに大変だけど、シックなテイストが開運を招く時期なので、秋のおしゃれを楽しんでね。今回は土星が乙女座から天秤座に入るため、いったん景気は安定。堅実さと華やかさをバランスよく共存できる星回りとなります。ただ、火星の獅子座が凶アスペクトをとることで、世界レベルでの権力争いが起こりそう。また国内では動物のアクシデントが勃発。ワニなどの大きな動物が動物園から逃げたり、クマに襲われる事件も起こりそう。そんなおそろしい災難から身を守ってくれるアイテムは、黒いスニーカーかパープルの帽子です。またラッキースポットは噴水のある公園。受験を控えている子はハート模様の小物が勝ちグッズになります。



ムーン・リー先生監修
「12星座別★男の取扱説明書」発売中!
「夫をコントロールする術」「ケンカを回避するコツ」「愛を復活させる方法」「浮気を見破る方法」など気になるトピックスがいっぱい!（主婦の友社 各525円）

♐ 射手座
SAGITTARIUS
11.23～12.21

全体運 ★★

人づきあいはまんべんなく

勘が鈍り、なんだかぼんやりとした気持ちで過ごしてしまうとき。美容やおしゃれに関するセンスも鈍りがちに。今月、コスメやエステなど「美」に関する投資は、できるだけ控えましょう。対人関係も思うようにいきません。苦手だと思っていた人に気に入られ、あこがれていた人とトラブルが起きるなど、いびつな人間関係に悩まされるでしょう。特定の人と仲よくしたり、苦手な人を露骨に避けたりせず、ほどよい距離感を保った人づきあいを心がけて。下旬になると、そんな不安定な運気も回復に向かいます。仕事復帰やレジャーは下旬に計画を立てて。

◎ラッキーデー…10／14、22
レジャーや習い事にツキあり

◆アンラッキーデー…10／3、16
何事にも自信がなくなり落ち込む

♐ 射手座のパパ
今までイマイチの運気だった射手座パパ。そんなパパにとって、今月のラッキースポットは水族館。ママははりきってレジャーの計画を立てましょう。金運は安定。前半に使いすぎるとあとにひびくので注意。

♐ 射手座の子ども
おしゃべりな子になり、まわりに疎まれる傾向が。落ち着きがなくそそっかしいところも目立ちます。お作法など、落ち着きが要求される習い事は逆効果。スポーツなど体を動かすことで発散させましょう。

♏ 蠍座
SCORPIO
10.24～11.22

全体運 ★★★

調子のいい人にご用心

運気が滞っていたママほど、今月はスムーズな流れを実感できそう。パパとはコミュニケーションがうまくとれていい関係を築け、子どもとのスキンシップもうまくとれ、子育てに自信をもつきっかけもつかめます。金運も上昇。クーポンやポイントをうまく使って、賢く買い物を楽しめます。仕事復帰もねらい目。家庭内のお金の流れがよくなる兆しが。ただ対人運にかげりあり。10/18以降、自分と似た境遇の人にパワーを落とされる出来事が勃発。思い当たる人がいる場合は、意識的に距離をおきましょう。またノリのいい人も、今月は要注意人物。

◎ラッキーデー…10／19、30
引き立て運に恵まれる。金運も吉

◆アンラッキーデー…10／1、8
ねたまれやすい日。婦人科系の病気も心配

♏ 蠍座のパパ
仲のいい人たちと独立し会社を設立するなど、仕事に対して積極的な行動が目立つとき。守りに入ると運気が悪化するので、冒険させてあげたほうが成功にもつながります。健康運はNG。肝臓の病気が心配。

♏ 蠍座の子ども
安定した星回り。特に女の子は穏やかに過ごせるでしょう。受験やオーディションなど合否にまつわる場面でも、力を発揮しいい結果を残せるでしょう。健康面も問題なし。スポーツ系の習い事がおすすめ。

♎ 天秤座
LIBRA
9.24～10.23

全体運 ★★★

今月のナンバー1星座に決定!

何もかもが思いどおりになる、パーフェクトな運気! 天秤座ママ自身のことはもちろん、家族全体にハッピーなことが訪れます。車や土地、家のリフォームなど、大きな買い物にも最適。対人面も良好。ライバル関係にあった人や、何となく苦手で距離のあった人たちほど仲よくなれ、いい意味で予想外なことが起きます。美容運も文句ナシ。ダイエット中のママはキレイにやせられます。ハッピーオーラに包まれ、誰からもちやほやされるでしょう。来月になると、運気は下り傾向なので調子に乗りすぎないように。ラッキーアイテムはクロスのペンダント。

◎ラッキーデー…10／17、18
アピール力がGOOD。仕事復帰もツキあり

◆アンラッキーデー…10／24、25
誤送メールがトラブルになってしまう日

♎ 天秤座のパパ
ずっと長年やってきたことで、なかなかうまく実らなかったことは、思い切って手放して。新たに成功へつながることを発見できるはず。金運は好調。宝くじなど運をかけた出費で、サプライズが期待できそう。

♎ 天秤座の子ども
直感がさえるとき。音感やリズム感も自然と身につけられます。元気なときなので、少々やんちゃになることも。たたいたり、ガミガミしかるとトラウマになりかねないので、今月は対等にさとすように注意を。

♓ 魚座
PISCES
2.20～3.20

全体運 ★★

何でもこなせるパワフルママに!

家事や子育て、趣味や仕事など、複数のことをスムーズにこなせるスーパーママに。忙しいことを理由に手をつけていなかった趣味も、この時期あえてチャレンジすると、いいストレス発散に。子育てにもいい意味で影響をもたらします。美容運も吉。キーワードは「ミネラル」。水や食生活に気をつかって。イメージチェンジも積極的にトライを。キレイになれる可能性大。対人面も華やか。感性のすぐれたママ友と出会え、センスアップをはかれそう。ただ、パパとの関係にかげりが。男の子ママは子育てで悩みそう。相手の気持ちを尊重することに徹して。

◎ラッキーデー…10／2、29
家族との関係が円滑に。レジャーも吉

◆アンラッキーデー…10／10、22
身近な人とけんかになりやすい日

♓ 魚座のパパ
急におしゃれになったら浮気の疑惑が! ママはしっかり目を光らせておいて。基本的にママのことを大事にしてくれるので、大きな心配はいりません。金運、くじ運も絶好調。予想外の収入にも期待大です。

♓ 魚座の子ども
引っ越しなどで環境が変わっても、落ち着いてのびのびと過ごせる星回り。友達運も良好です。絵画など創作的な習い事で能力を発揮します。やさしくなり、ママがうれしくなるようなことを言ってくれるかも。

♒ 水瓶座
AQUARIUS
1.21～2.19

全体運 ★★

自信をもつことで運気もアップ

ポジティブな気持ちで過ごすことで、運気がさらにアップするとき。自信がなさそうに振る舞うと、せっかくのチャンスも逃します。特に自信のあることには積極的にチャレンジを。金運、通信運がともに良好。何か伝えたいことがあるママは、この時期思い切ってそうすることで、スムーズに話が進みます。温泉やプールなど、水に関するところがラッキースポットに。対人面ではライバル出現の暗示が。洋服や持ち物など、外見を意識して対抗し、見栄を張って予定外の出費に悩むことも。挑発に乗らず、クールにかわすと金運ダウンから回避できるでしょう。

◎ラッキーデー…10／1、27
ダイエットにツキあり。センスもUPする

◆アンラッキーデー…10／19、29
理想と現実のギャップに悩む日

♒ 水瓶座のパパ
ビッグマウスになるとき。味方もいますが、この時期は敵を作りやすいときです。実現できそうもない大きなことは言わないほうがベター。旅行運はNG。特に海外はパワーを吸いとられるのでなるべく避けて。

♒ 水瓶座の子ども
パフォーマンス能力が開花。劇団やオーディションで力を発揮するはず。友達運も好調。さっぱりとした性格で人気者に。アンラッキースポットは高い場所。体の波動が乱れるので、なるべく避けましょう。

♑ 山羊座
CAPRICORN
12.22～1.20

全体運 ★

今月は「得意分野強化月間」!

パッとしない運気。ただ、少しずつ回復する傾向にあるので、1日1日を慎重に過ごすよう、心がけて。がんばりすぎは禁物。新しいことにチャレンジしても、失敗に終わります。自分の得意分野を磨いたり、自信のあることに徹して。慣れないことにはいっさい手を出さないように。子育て運はまずまず。自分のペースでこなせます。ラッキースポットは「海」にまつわる場所。ベイエリアへドライブに出かけたり、海の見えるレストランも吉。金運は大きな買い物もしていないのに、貯められない星回り。乙女座の人と行動をともにすると金運アップをはかれます。

◎ラッキーデー…10／24、25
アクティブな日。意見や発言も通る日

◆アンラッキーデー…10／12、18
自己投資でトラブルあり

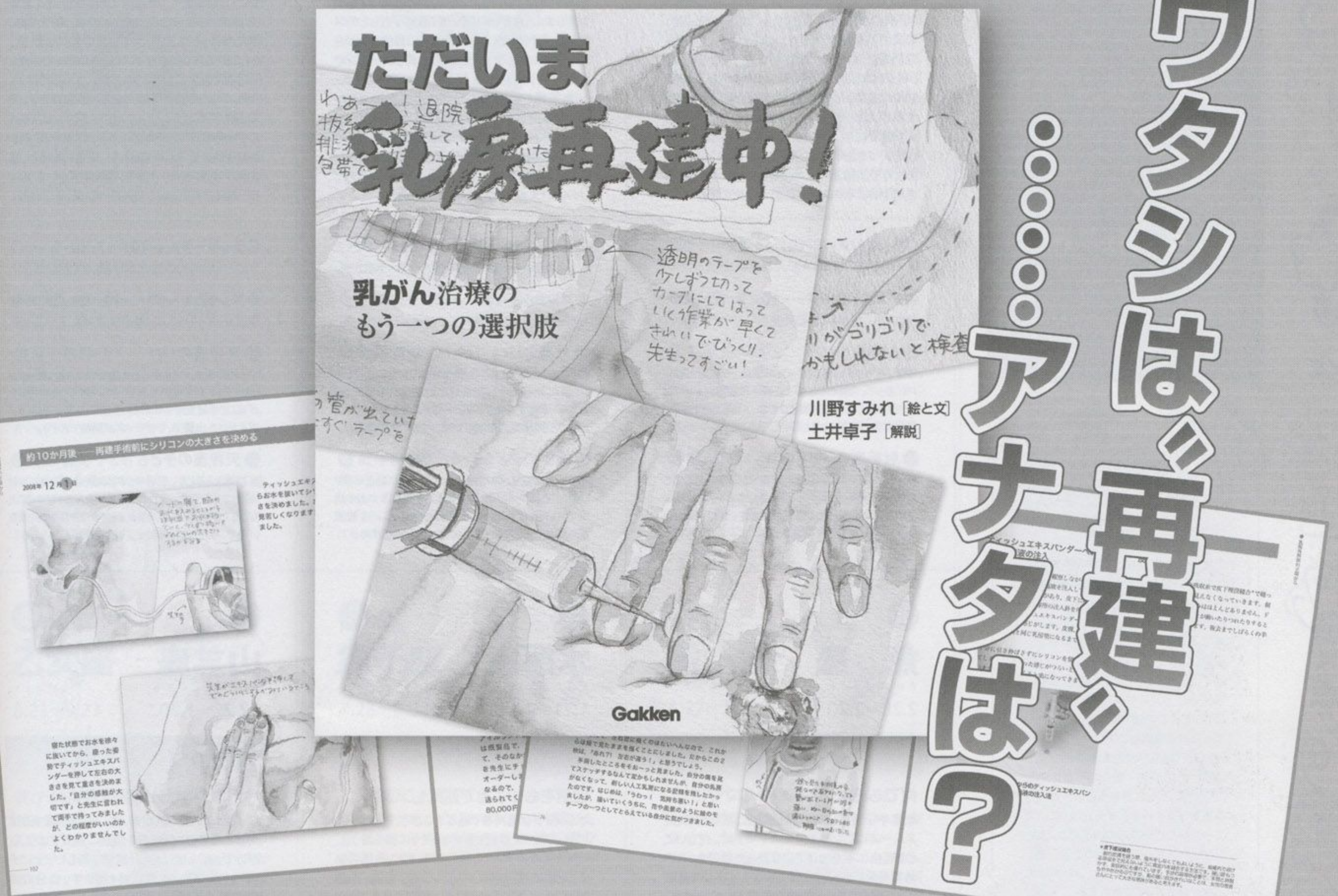
♑ 山羊座のパパ
したたかにうまくやろうとすると、それが裏目に出てしまうとき。計算高くなって、周囲に不快感を与えないように気をつけましょう。骨折など、骨のトラブルの暗示あり。カルシウムを重視した食生活を。

♑ 山羊座の子ども
うまく実力を発揮できないとき。10/15までにがんばったことは形になるので、それまでの努力を大切に。また親が忙しくなるとナイーブになるおそれが。この時期は忙しくてもたっぷりと愛情を注いであげましょう。

蝴蝶网
hudie.com

乳がん患者自らが診断・治療の過程をイラストに描きとめた現在進行中の闘病絵日記

ワタシは、再建。……アナタは？



ただいま 乳房再建中！

──乳がん治療のもう一つの選択肢──

最新刊

絵と文：川野すみれ　解　説：土井卓子

・AB判変型 ・120頁 ・定価：1,890円（5%税込）　ISBN 978-4-05-153021-1

イラストレータを本業とする患者が、セカンドオピニオンを求めた先で乳腺外科の女医と出会った。この出会いから生み出された本書は、患者の視点から見た医療の有り様をまさに「視覚的」に伝え、日々の入院生活のなかで不安や希望に揺れ動く胸のうちを垣間見せてくれる。と同時に、そうした自然な姿に対する執刀医としての控えめな見守りの解説が、告知を受け、我が身の治療方法の選択を“インフォームドコンセント”としてあずけられた、今日の乳がん患者たちの心の支えになるだろう。

※この書籍の収益の一部は「特定非営利活動法人キャンサーリボンズ」へ寄付させていただきます。

学研 メディカル出版事業部　〒141-8510 東京都品川区西五反田2-11-8　☎03-6431-1234　FAX 03-6431-1790　http://www.nursing-gakken.com

Como Model Communication

Vol.94

Como モデル通信♥

今月のテーマ ›› 新しくはじめたこと

いつかは挑戦してみたいこと、誰にもひとつやふたつ、ありそうです。
大人も子どもも、現状からえいっと足を踏み出す勇気の先には、
新しく見えるもののワクワクが広がる。
今月はコモモデルたちが新しくはじめたこと、
聞いてみました☆

Como Model_01 '01



2005年コモモデル
鈴木千夏さん
(30才・7才の女の子のママ)

新しくはじめたこと

先日、わが家にかわいい赤ちゃんが仲間入りしました! 生後1カ月のシマリスの赤ちゃん。命名『たろう』つまり、鈴木たろうです。娘・かれんの独断で決まりました……。去年から、かれんがずっと欲しがっていて、誕生日のお祝いについに購入。赤ちゃんから飼うと警戒心がなく、仲良くなるんですって。たろうも肩に乗ってきたり、手から餌を食べたりします。それがと〜ってもCUTEなんですぅ。愛くるしいたろうに癒されている、毎日です♪ かれんもごはんやトイレの掃除など、毎日お世話してくれていて、立派なママになっています。半年で大人になるシマリス。これからの成長が楽しみです(^-^)

Como Model_02 '02



2008年コモモデル
得平真由さん
(28才・6才の男の子のママ)

新しくはじめたこと

私、専業主婦から働くママになりました!! 夢だった『子供服とママグッズのネットショップ』を始めました! http://youan-eshop.com 子どものそばに居ながらできる仕事♪なんて思っていましたが、甘かった……(汗)。オリジナル商品の布選び、糸の色、デザイン、プリント、説明文、などなどすべて考えなくてはいけなくて、一輝を実家にお願いして会議に行くことも多く、寂しい思いをさせてしまって。いちばん大事なのは子ども。でも始めたからにはしっかりやりたい。育児で悩んだことの少ない私もこの状況には悩みました。子どもって大人に気を使って溜め込んでいたり、逆に大人を困らせることをわざと言ったり。考えれば考えるほど、自分のペースが乱れてしまって……コレではダメだ!!と、私のモットー『適度に適当に!!』を思い出し、子どもに気を使いすぎずに、一輝といる時間はどっぷり遊びに集中して、幼稚園の間や一輝が寝たあとは集中して仕事をする。バランスとメリハリで一輝もとても協力的になりました! 私の働く姿を見て???「いっくん、たくさん勉強して、大きくなったらたくさん働く!!」と毎日ドリルをこなす成長を見せてくれ、HAPPYが循環しているな〜とうれしく思っている今日この頃です! よかったらのぞいてみてください。

Como Model_03 '03



2007年コモモデル
岡本佐知子さん
(34才・10才の男の子、6才の女の子のママ)

新しくはじめたこと

先日から娘が始めたフラダンス。お花をたくさんつけてお化粧をして、とにかく笑顔で踊る姿はとっても可愛いです!! でもそれは小さい子だけでなく、おばあちゃんも同じでした。70才を超えたお年寄りが、真っ赤な口紅で踊る姿……可愛いです!! そんな姿に刺激され、娘と同じ共通点をもちたくて私も始めることにしました♪フラダンス……簡単だと思っていたのは大まちがい!! とっても複雑で奥が深い!! 毎日、娘と一緒に練習しています。そしてそして……ナント、10才になるお兄ちゃんも始めることになりました!! 雑貨もハワイ系、流れる曲もハワイアン。そんな生活に洗脳された(?)のかもしれませんが、それでも「やってみたい」と言ってくれたとき、人と違う付加価値をつけたかった私は感動!! それからというもの、3人でフラやウクレレなどハワイづくし。そんな毎日がとっても充実していて楽しいです! 私の夢……シワシワになっても真っ赤な口紅をつけて、娘と息子と……そして孫までも一緒にフラを踊れていたらいいなって思っています♪

Como Model_04 '04



2007年コモモデル
伊藤ひろ子さん
(33才・5才の男の子のママ)

新しくはじめたこと

最近、テニスを始めました♪ 女子連のトップランクの幼稚園ママ友に習い、ビシバシそして休憩、再びビシバシ。老体にむち打って、汗をかく心地よさを感じています♪♪ さらにゴルフの体験にも秋になったら行く予定! 息子・りえとは水泳の夏期講習に行き、前世はカッパか?というほど生き生きと泳ぎ、バタ足すらできなかったのにすさまじく上達し、年長さんにまじりクロール息継ぎなしで5メートル! さらに泳ぎたいと入会。目指せ世界水泳?!(わかってます、親バカすぎです)でもテレビでスポーツをやっていると必ずチャンネルはそのまま!というので、今年の伊藤家はスポーツの年になりそうです。

Como Model_05 '05



2007年コモモデル
高橋弘美さん
(33才・7才の男の子のママ)

新しくはじめたこと

私の最近始めてハマっているもの、それは家庭菜園です♪ ちょっと前までは植物を育てるのが苦手でどちらかというと避けていた分野……(^_^;) でも息子・ルイの「ミニトマトの種を植えたい!」の一言でなんとな〜く始めてみることに。植えてからいろいろ調べたら(笑)「初心者は苗のほうからがオススメ!」と書いてある……う〜ん、でも頑張ってみようと手探り状態で始めたら、芽が出る喜び、育つ楽しみに、いつしかハマってしまって。今、わが家のベランダには、トマト、きゅうり、ナス、ピーマン、青じそ、ベビーリーフ、万能ねぎ、水菜が育ってます♪ 野菜嫌いのルイがこれをきっかけに食べてくれるようになれば☆との願いを込めて、一緒に育てていきたいと思います♪♪ 野菜たちの成長が家族みんなの楽しみになっていま〜す(o^-^o)

主婦の友社
好評雑誌ラインナップ

安心!
オシャレ!
おいしい!元気!
フレッシュな
情報
がいっぱい!

[プレモ] Pre-mother Pre-mo 1・4・7・10月の15日発売
[ベビモ] Baby&mother Baby-mo 毎月15日発売
[コモ] Como 毎月1日発売
ゆうゆう 毎月1日発売
Ray レイ 毎月23日発売
S Cawaii! エス カワイイ! 毎月7日発売
Hana*chu ハナチュー 毎月1日発売
mina ミーナ 毎月20日発売
GISELe ジゼル 毎月28日発売
プラスワンリビング PLUS1 LIVING 奇数月7日発売
Flower&Green 園芸ガイド 3・5・10・12月の8日発売
健康 毎月2日発売
雑貨カタログ 2・5・8・11月の16日発売
NHK英語でしゃべらナイト 3・6・9・12月の16日発売
声優グランプリ 声グラ SEIGURA 毎月10日発売
ロト・ナンバーズ「超」的中法 毎月3日発売
赤ちゃんが欲しい 1・4・7・10月の2日ごろ発売

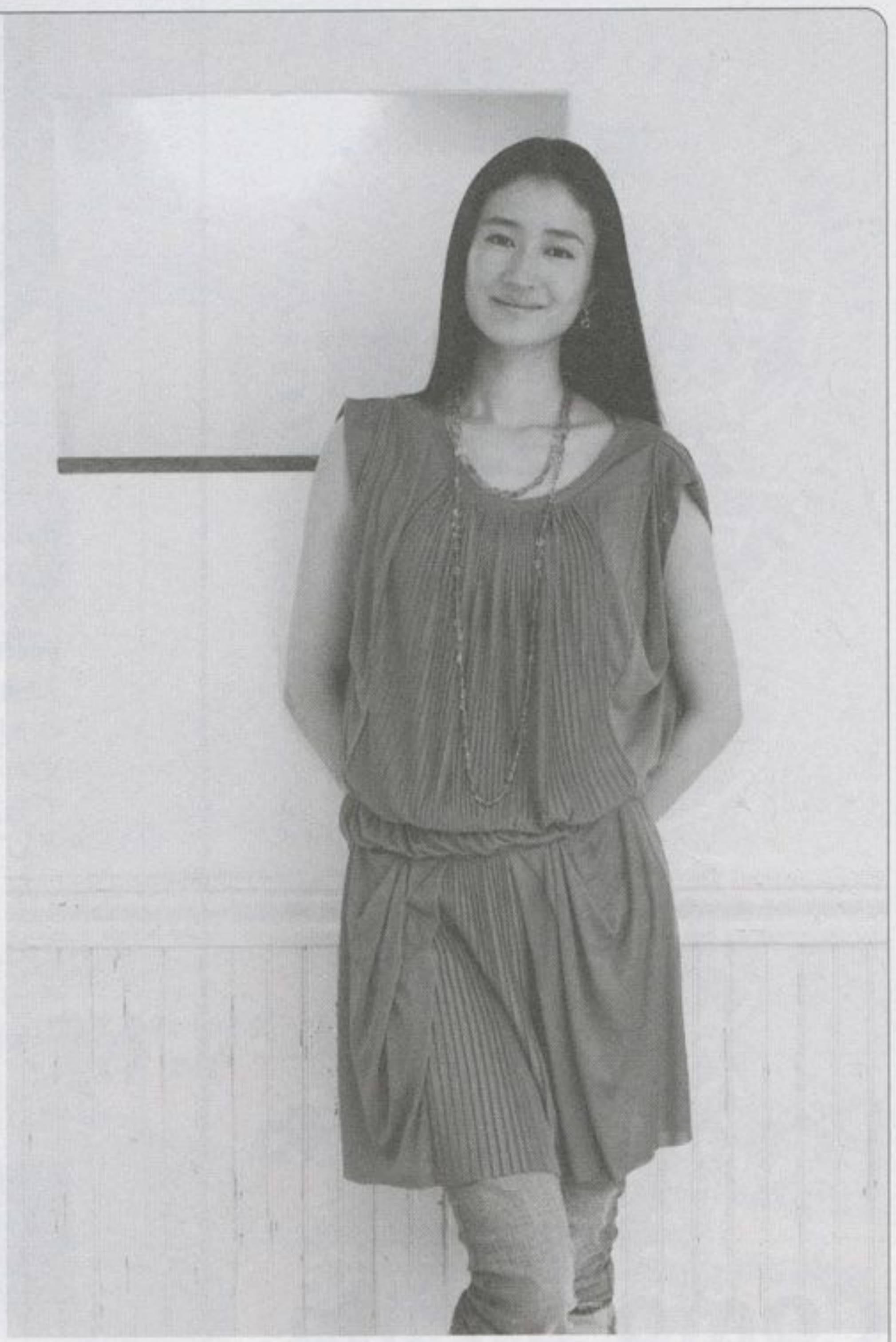
www.shufunotomo.co.jp
定期購読のお申し込みは、お近くの書店へ、
または、主婦の友社コールセンターまで
☎049-259-1236 (電話)
http://teiki.jp (インターネット・パソコン)

蝴蝶网 hudie.com

撮影／仲山宏樹（BOIL）　スタイリング／kaz ijima（balance）　ヘア&メイク／藤本康志（FACE-T）　取材・文／杉嶋未来　●掲載協力店リストは179ページにあります。
ワンピース29,400円／アテ ヴァネッサ・ブリューノ（パラドックス）　デニム19,740円／メット（栄光商事）　ネックレス273,000円ピアス430,500円／以上アントニーニ（アントニーニ 銀座三越）

PICK UP CINEMA

小雪さん



Koyuki

1976年12月18日生まれ。神奈川県出身。モデルを経て'98年TVドラマで女優デビュー。以降、映画、TVドラマ、CMと多方面で活躍。'03年『ラストサムライ』では、トム・クルーズとの共演で国内外で高い評価を得る。主な出演作に『ALWAYS　三丁目の夕日』、ドラマ「きみはペット」「佐々木夫妻の仁義なき戦い」などがある。『カムイ外伝』が公開中。

CINEMA



『わたし出すわ』

『間宮兄弟』『椿三十郎』の森田芳光監督が、オリジナル脚本を手がけた人間ドラマ。莫大な財を築いて東京から函館に帰ってきた摩耶は、高校時代の同級生たちと再会。彼らの夢の実現のために、次々と大金をさし出す。「摩耶は台詞では説明できない人間性をもつ女性。人によって解釈が変わるキャラクターなので、色を強く出さないことを意識しました」と小雪さん。●10月31日（土）より恵比寿ガーデンシネマほか全国ロードショー／アスミック・エース配給

©2009　アスミック・エース　エンタテインメント

「〝お金があるから幸せ〟じゃない。自分の中の芯を大切にしたい」

「とっぴなタイトルなので、『何を出すのか』ということ、『どういう内容なのか』、その二つに興味をもちました。このタイトルは印象に残ると思いますし、今までにありそうでないので、とても新鮮でした」

小雪さんにとって、初の単独主演映画となる『わたし出すわ』は、思わず興味をひかれるインパクト大のタイトル。函館を舞台に、突然帰郷した主人公・摩耶が高校時代の旧友たちの夢を実現させるため大金をさし出す姿を通し、お金の価値や使い方を問いかける人間ドラマです。摩耶はなぜ旧友たちに大金をさし出すのか？　何をして莫大な財を築いたのか？　観客はそれらの理由を探ることとなります。

「摩耶がなぜお金をさし出すのか、その経緯の説明が映画の中で描かれていないんですよね（笑）。彼女は人見知りで暗いキャラクターなんです。母親は病気で孤独でもあって。そんな彼女にとって、高校時代、ひとりの人間として友達として見てくれた人たちに、得てしまった莫大なお金を還元していきたいと思う。それが彼女の欲なんです。ほかには何もほしいものがないんです」

確かに摩耶は住む家も服もとても質素な女性。莫大な財産を得て、居心地が悪そうにも見えます。その摩耶をはじめ、摩耶の〝恩返し〟によって環境が変わる旧友たちのお金に対する考え方、使い方から、お金持ち＝幸せではないことも含めて、それぞれの人間性や人生観が浮き彫りになっていきます。

「最終的に大事なものは、その人自身なんですよね。何に幸せを見いだすのかという芯が自分の中にないと、人は簡単にお金によって変わってしまう。この映画では、お金によって人はこういうふうに変わっていくという、いろいろな生き様が見られるんです。きれいごとだけではなく、興味深いですよね。いろいろな生き様を、かなりリアルに描いているから面白いと思います」

小雪さん自身のお金の価値観も気になるところ。

「10代、20代のときはお金に対する価値観をはっきりもてませんでした。でも今は、自分にはどのぐらい必要で、どのぐらい寄付に回せるかなど、頭の中で考えて判断できるようになりました。お金はありすぎても豊かになれないし、なさすぎても豊かになれないし、バランスがとても大事。私は5年ほど前から、開発途上国や動物愛護団体などに寄付をしているんですけど、人や動物の命を救ったり、できることはいっぱいあるんですよね」

函館に生まれ、暮らし続けた女性の自然にしてリアルな空気感をまとい、難役を演じきった小雪さん。スクリーンでの清楚で凛とした美しさがきわ立ちますが、インタビュー中のナチュラルで屈託のない笑顔も素敵です。同性をも魅了する小雪さんの美の秘訣とは？

「ストレスとうまくつき合うこと、食べたいものを食べること。その二つはすごく私にとって大事なんです。大変なこと、いやなこと、疲れる状況を楽しんで、ストレスは流します（笑）。ダイエットですか？　したことないです。好きなもの、その日食べたいものを食べています。運がよく、母が小さいころから自然食で育ててくれたので、いいものに体が反応するんです。それはすごく感謝しています」

新作紹介
A NEW WORK

CINEMA

01 愛とやさしさにあふれた感動作！



『私の中のあなた』

主人公は11才の女の子。白血病の姉のドナーになるべく“創られて”生まれてきた彼女が「もう姉のために手術を受けたくない」と、弁護士を通じて両親を訴えるところから物語は始まる。仲よし家族に起きた突然の事件。そこに隠された真実に感涙必至！

10月9日（金）よりTOHOシネマズ日劇ほか全国ロードショー●監督／ニック・カサヴェテス●出演／キャメロン・ディアスほか●配給／ギャガ・コミュニケーションズ、Powered by ヒューマックスシネマ

©Photo Courtesy of New Line Cinema

CINEMA

02 手塚治虫の永遠の名作がフルCGで！



『ATOM』

日本人なら誰もが知っている名作「鉄腕アトム」が、香港、ロスを本拠地とするアニメーションスタジオの製作により、初の本格映画化。誰もが知らないアトムの誕生秘話や、父親テンマ博士との親子愛なども描かれ、感動のアクション・アドベンチャーに。

10月10日（土）より新宿ピカデリーほか全国ロードショー●監督／デヴィッド・バワーズ●声の出演（日本語吹き替え版）／上戸彩、役所広司ほか●配給／角川映画、角川エンタテインメント

©2009 Imagi Crystal Limited
Original Manga ©Tezuka Productions Co., Ltd.

CINEMA

03 ちょっと恋をしたくなるロマンス・コメディ



『アバンチュールはパリで』

妻をソウルに残してパリを訪れた画家が、女子画学生と知り合い、Fall in love!　最初は「不倫なんてまっぴら」とそっけなかった彼女も、彼の猛アタックに心動かされて…。主人公の身勝手なだめんずぶりに、思わずあきれつつも、楽しく笑えること間違いなし！

10月17日（土）よりシネカノン有楽町2丁目ほか全国順次ロードショー●監督／ホン・サンス●出演／キム・ヨンホ、パク・ウネ、イ・ソンギュンほか●配給／ビターズ・エンド

CINEMA

04 人気急上昇中の川島海荷が初主演！



『携帯彼氏』

女子中高生の間で話題となり、爆発的に広がったケータイ小説が原作。携帯サイトの人気恋愛シミュレーションゲームにハマった女子高生が、次々と不可解な死を遂げるサスペンス仕立てのラブストーリーに、思わずゾクッ！　大人の女性でも十分に楽しめる作品です。

10月24日（土）より新宿ピカデリーほか全国ロードショー●監督／船曳真珠●出演／川島海荷、朝倉あき、石黒英雄ほか●配給／GONZO.シナジー

©2009「携帯彼氏」フィルム・パートナーズ

撮影／増田岳二　取材・文／有動敦子（インタビュー）



PICK UP MUSIC

ザ・ブーム

THE BOOM

THE BOOM

（手前から時計回りに）宮沢和史（ヴォーカル）・'66年1月18日生まれ。山川浩正（ベース）・'65年5月11日生まれ。栃木孝夫（ドラムス）・'58年7月11日生まれ。小林孝至（ギター）・'65年12月26日生まれ。'89年「君はTVっ子」でメジャーデビュー。「島唄」「風になりたい」などヒット曲多数。今年でデビュー20周年を迎える。http://www.theboom.jp/

J-POP

『四重奏』



5年ぶりのオリジナル・アルバム。バンドのグルーブが感じられるポップな曲から詩のロマンを感じる曲、7月にシングル発売された「My Sweet Home」など全10曲を収録。デビュー20周年を記念する作品は、ザ・ブーム未体験の人もぜひ！（エイベックス・エンタテインメント）

「20年間も応援してくれた人に愛を返したいですね」

人間なら成人に達する20周年という大きな節目を迎え、3年半近くお休みしていたTHE BOOMがついに活動を再始動。7月発売のシングル「My Sweet Home」に続き、5年ぶりとなるオリジナル・アルバム『四重奏』が完成。さまざまな経験を重ね、より深く、豊かになった4人が結集です。

「久しぶりにみんなで会ったときに、どんな気持ちになるのか、まずそれを確かめたかった。幼なじみみたいな安心感もあるし、過去のTHE BOOMに立ち戻ってやろう！　みたいなムードになっちゃったら、絶対前には進まないなと思ったから。でも極端に言えば『はじめまして。MIYAです』ぐらいの、初めて会うような感覚があったんです（笑）。それはとてもいいことだなって。それぞれ3年半の間にやってきたことへのプライドや、吸収してきたぜ！っていう自信も感じたし、その感覚で再始動すれば絶対に前に行けると思いました」（宮沢）

「音を出す段階では、懐かしんでいる暇もないというか。久しぶりだね、楽しいねっていうのはもちろんあるんだけど、ファンの人も待っててくれているんだからいい音を聴かせなきゃ、いい作品を作らなきゃという気合いのほうが強かったですね」（山川）

タイトルの『四重奏』はもちろん、結成当時から同じ月日を分かちあってきた「4人」を意識したもの。

「3枚目のアルバムぐらいまで、僕らは『4人』にこだわっていて、レコーディングもなんでも4人でやっていたんですね。そんな僕らが今の年齢でカッコイイものを作ろうとなったときに、また4人を主軸にやりたかった。そんな僕らの姿が見える、いいタイトルだと思います」（栃木）

20年。そうひと口で言うけれど、「オーディションに合格して、デビューできますと言われた瞬間、死んでもいいと思ったくらい」（栃木）、「デビューして2、3年は何も考えず夢中で走っていた」（小林）…という彼らにとって、これまで過ごした時間の厚みは、感慨深いものがあるはず。

「20年続けたことも、よく頑張ったなぁという気持ちだけど、なにより20年間応援してくれた人がいる。そこにはやっぱり愛を感じるし、みんなに愛を返したいと思って、『夢から醒めて』という曲ができた。愛って〝色恋〟もあるけど、書くことの尽きない普遍的なテーマですよね」（宮沢）

愛といえば、メンバーのなかで今まさにComo世代の小林さん。3才になるわが子を通して、「自分の親に対する感謝や愛を感じることが多くなった」と言います。

「僕らのような仕事をしていると、子どもの成長を全部見られない。だから、せめていい曲を書いたり、いい演奏をして、いつか子どもにもわかってもらえたらと思うんです。たとえ離れていても、いくつになっても、自分の子どもは〝その時〟がいちばん可愛いですから」と言うのは、先輩パパでもある宮沢さん。

20年という時を経て、少しずつ変化した目線。4人が異なる経験をしてきたからこそ、「THE BOOM」という重奏が、より深い音色を奏でているのに違いありません。

新譜紹介
CD REVIEW

01 J-POP

『Jam the Universe』
SOFFet



すくすくサウンドが心地よいHip-Hopユニット

昨年リリースのベストアルバムがオリコン上位へ食い込み、いよいよ一般人気をモノにした印象の2人組。mihimaru GTやMAY'S、PE'Zなど、今様アーティストを11組招いて制作された5作目のアルバムは、ヒップホップが苦手な人の耳にもすうっとなじむ、軽妙さが魅力！（リズムゾーン）

02 POPS

『シンセシス』
ラウル・ミドン



日本でも人気のギタリスト＝シンガー

全盲とは思えない卓越したギターテクと厚みのある歌声でラジオ局から火がつき、日本でも人気を得たシンガー・ソングライターの3作目。ソウルやラテンの影響を強く感じさせる音楽性が売りの彼だけど、今作はポップス&ちょいジャジー路線。甘美な歌声が楽しめます。（ユニバーサル クラシックス&ジャズ）

03 J-POP

『FURUSATO』
ゆず

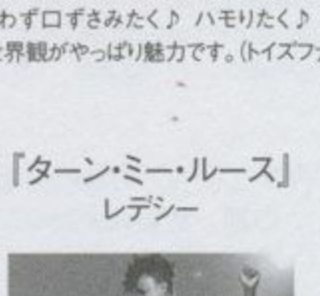


キャッチーな曲がたっぷり詰まってます

人気のフォーク・デュオの1年半ぶり、9枚目のアルバム。今年、タイアップ曲などヒットを連発している彼ららしく、「虹」「みらい」「Yesterday and Tomorrow」などおなじみ曲が満載。聴いているうちに思わず口ずさみたく♪　ハモりたく♪　なっちゃう、キャッチーな世界観がやっぱり魅力です。（トイズファクトリー）

04 SOUL

『ターン・ミー・ルース』
レデシー



女性好みのパワーあふれる歌声♪

観客を圧倒する力強い歌声から、チャカ・カーンやパティ・ラベルと比べられることも。レイドバックしたネオ・ソウル系シンガーの新作は、ラファエル・サディークなどの有名プロデューサーが多数参加し、都会的な雰囲気も漂う仕上がり。脱力感がかなり格好いいです！（ユニバーサル クラシックス&ジャズ）

取材・文(インタビュー)／川田直美

PICK UP BOOK

金子エミさん

Emi Kaneko

パーツモデル兼パーツ美容研究家。出演したCM100本、スチール広告200本以上。12才と5才の男児の母である今も、手、脚、デコルテ、耳などほぼ全身のパーツモデルをつとめ、ブランド名『emi+0…』で、ネイル商品の開発も手がける。オフィシャルブログ http://blog.oricon.co.jp/kaneko-emi/





『女優脚のつくり方
カリスマパーツモデルが
実践している美脚メソッド30』
◎著／金子エミ

パーツモデルとして、これまで100人以上の女優の代役をつとめてきた金子エミさんが、3冊目にして初のエクササイズ本を刊行。美脚のつくり方をおしげもなく初公開。エクササイズのほか、ケア方法、女優脚になれる身のこなし方、ファッションなど、女性なら見逃せない情報が満載。(ワニブックス 1,470円)

「美脚になれるワザがいっぱい。ママになっても〝脚出しファッション〟、楽しんでほしいです」

コモ8月号で披露したパーツのケア法と、エクササイズが大好評。『お家でおこもりエステ』、『家事をしながらエステ』(どちらもワニブックス刊)に続き、待望の3冊目を出版した金子エミさん。

今回テーマにしたのは〝美脚〟。そして、本のタイトルは『女優脚のつくり方』。美脚を保つために金子さんが実践しているエクササイズからケアの方法、きれいに見せるための情報までを完全網羅した一冊です。

パーツモデルとして長く活躍している金子さんが、脚にコンプレックスがあるなんて意外な感じですが……。

「もちろんありますよ！　背が低い(158㎝)から、必然的に膝下が短いのが気になるし、地黒なのもコンプレックスで。美白になれるドリンクを飲んだりとか、いろいろやりました」。

数々のエクササイズや、脚をきれいに見せるスキンケアの方法は、そんなコンプレックスから生まれたものだったのです。

「たとえば、巻末の脚をキレイに見せるための、洋服のカスタマイズ方法(鏡を見ながら、Tシャツの袖やパンツの裾を切ったり折ったりして短くアレンジする)は、背の小さい方にぜひ挑戦してほしいですね」。

ほんの数ミリで美脚がかなうなら、やらない手はありません！

「だいいち、脚は細ければいい、というものではないんですよ」と金子さん。メリハリ、しなやかさ、肌のつや。これが美脚の3つの柱なのだと言います。メリハリをつけるにはエクササイズが必須。全体的に太いなら、足首や膝を細くする、細すぎる脚ならふくらはぎに筋肉をつければ美しい脚に。

「本で紹介したエクササイズを全部やる必要はありません。ご自分にあったものを選んでもらえれば。おすすめは洗い物をしながらでもできるふくらはぎの筋トレや、ゆるやかな運動であるアイソメトリック。これなら毎日続けられますよ」。

エクササイズもケアも習慣づけることが美脚への近道。でも、育児や家事に多忙なコモ読者、なかなか時間がとれないんです。どうしたらいいでしょう？

「エクササイズやケアのための時間をわざわざ作るのは、ママには難しいですよね。習慣づけるには、手にとりやすい場所に、鏡やボディケア用品を置いてみて。しまっておかないことが重要です！」金子さんのお宅も、キッチン周りにケア用品がいっぱいでした。

「脚のケアって、せいぜいお風呂上がりにクリームを塗っておしまい、じゃないですか？　この本を参考に、美脚エクササイズをやり、これまでより念入りにやったら、その効果は大きいですよ。これまでやっていなかった方ほど、見違えるくらいキレイになれますから！」

新刊紹介
A BOOK REVIEW

01

『はじめての麦わら帽子』
◎著／本上まなみ



家族が一人増えて、めまぐるしくも充実感にあふれた毎日のこと。大好きな映画や本のこと――。ほわんとした空気をまとった著者の、いろんな瞬間のいろんな気持ちが素直につづられた最新〝へもへも〟エッセイ集。(新潮社 1,365円)

02

『ママ、ありがとう』
◎著／各務優子



生まれながらに難病を抱え、この世を去った男の子と、その母親の感動ドキュメンタリー。どんなときも決してあきらめずに、ともに闘い、ともに過ごした9年間につまった命と愛のメッセージは、涙なくして読めない1冊。(角川書店 1,575円)

03

『女性の悩みを解消する
うつくし薬膳』
◎著／杏仁美友



冷え性や生理痛など、女性特有の悩みは薬膳で解消！　薬膳コンシェルジュの著者がおすすめの食材を使ったレシピの数々は、どれもとり入れやすいものばかり。巻末には薬膳ショップや愛用グッズも紹介。(アールズ出版 1,500円)

04

『NEWキッズヘアカタログ170』
◎編／主婦の友社



0才から幼稚園、小学生まで使えるヘアカタログ。七五三・入園入学式な[illegible]別な日のアレンジから、大人顔負けのカットスタイル、そし[illegible]ちでできるカットまでしっかりフォロー。キッズヘアは[illegible]主婦の友社 1,1[illegible]円)

蝴蝶网
hudie.com

掲載商品・撮影協力店リスト

蝴蝶网
hudie.com

あ

アースマジック（リトルアンデルセン） ☎03-5458-7152
URBAN RESEARCH 渋谷店 ☎03-5468-6565
URBAN RESEARCH DOORS ららぽーと豊洲 ☎03-6910-1219
URBAN RESEARCH ROSSO 京都店 ☎075-241-4142
RMK Division FD0120-988-271
IRONY LAFORETHARAJUKU ☎03-3497-1333
アガツマ ☎03-5820-1171
アクシーズファム（アイジーエー） ☎03-5524-3635
アクセーヌ FD0120-120-783
あちゃちゅむ ☎06-6447-0802
ADIEU TRISTESSE ☎03-5449-1710
ADIEU TRISTESSE LOISIR 代官山アドレス店 ☎03-3770-2605
アトリエ デ エフ・アール・エル ☎03-5388-7338
アユーラ ラボラトリーズ FD0120-090-030
アルビオン FD0120-114-225
un plus un by Kai Lani ☎03-3400-5636
アントニーニ 銀座三越 ☎03-3535-1791
アンラシーネ（CABINカスタマーセンター） FD0120-684-753
e.a.p（CABIN カスタマーセンター） FD0120-684-753
イヴ・サンローラン・ボーテ FD0120-006-912
イオン www.aeon.jp
イグニス ☎03-5524-1065
179/WG（ニコルプレスルーム） ☎03-5778-5445
イデアル・ロートレアモン ☎03-5360-2231
イトーキ お客様相談センター FD0120-164177
イトーヨーカ堂 ☎03-6238-2111
イマージュお客様デスク FD0120-988-088
imac ☎03-3409-8271
ヴァンドームヤマダ ☎03-3470-4061
ウィズお客さま相談センター ☎03-5633-8298
VIVAYOU（ルックイン） ☎03-3496-0505
ヴェールダンス ☎03-5467-4641
栄光商事プレスルーム ☎03-5467-5090
栄伸 ☎03-5644-0730
H & M Hennes & Mauritz Japan ☎03-6418-3232
A can B ☎03-5731-3388
ABC-MART ☎03-3476-5448
X-girl store ☎03-5772-2020
X-girl Stages AOYAMA ☎03-5770-4988
エスティ ローダー ☎03-5251-3386
エスト ☎03-5630-5040
エディフィス 渋谷 ☎03-3400-2931
エミスフェール 玉川店 ☎03-5797-3022
LD prime FD0120-331-381
エル プラネット（イトキン） ☎03-3478-8088
エレガンス コスメティックス FD0120-766-995
大塚製薬お客様相談窓口（インナーシグナル） ☎03-3293-3212
オーブ クチュール ☎03-5630-5040
オカムラお客様サービスセンター FD0120-81-9060
オギツ ☎03-3875-0111
オドゥール・ド・オフェリア（モード・エ・ジャコモ プレスルーム） ☎03-5464-1775
オバジ コール（ロート製薬） ☎06-6753-2422
オプティシァン ロイド ☎03-3423-0505

か

カイラニ表参道店 ☎03-5468-3772
花王ソフィーナ、オーブ ☎03-5630-5040
カカトゥ（アンビリオン） ☎03-3466-8943
カシュカシュ（アンビリオン） ☎03-3466-8943
カシュネ（アンビリオン） ☎03-3466-8943
加藤忠 ☎06-6531-0724
カネボウ化粧品 FD0120-518-520
カメヤマキャンドルハウス CHA青山店 ☎03-3478-7715
カリモク家具 ☎0562-83-1111
キース（ルック） ☎03-3794-9108
キャセリーニ ☎03-3475-0225
Gap 原宿 ☎03-5414-2441
GapKids 原宿 ☎03-5414-2442
キヤノンお客様相談センター（SELPHY） ☎050-555-90013
キヤノンお客様相談センター（PowerShot） ☎050-555-90005
CANDISH（GOVリテイリング カスタマーセンター） FD0120-310-102
ギャンブル フィッシュ 新宿ルミネ店 ☎03-3342-0171
協和 ☎03-3866-7511
ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ（モード・エ・ジャコモ プレスルーム） ☎03-5464-1775
クィーンズ ロー（ボブソン） ☎086-292-0213
クイックシルバー・ジャパン FD0120-329-190
cuccia（コラボレーション） ☎03-5452-8630
クラークス ジャパン ☎03-5847-7273
グラムス（アバラ） ☎03-5468-8181
クリニーク ラボラトリーズ ☎03-5251-3541
クレアーズ渋谷宇田川町店 ☎03-5428-9166
くろがね工作所お客様相談窓口 ☎072-828-1011
クロスター FD0120-352-221
ゲランお客様窓口 FD0120-140-677
コイズミファニテック お客様相談室 ☎06-6658-7382
こどもビームス ☎03-5428-4844
congés payés ADIEU TRISTESSE ☎03-5449-1710
コンビミニ ☎03-5225-7020

さ

サキュウ（タンデム） ☎03-5771-5268
SAC ☎03-3478-0667
佐藤製薬 ☎03-5412-7393
ザンパ ☎06-6534-1011
SANYO SHOKAI C.R.室 FD0120-340-460
シーティープラージュ（C.T.A） ☎06-6241-7311
Jinoお客様センター FD0120-787-727
g.u. FD0120-856-453
gelato pique ルミネ新宿2店 ☎03-3345-7103
資生堂、資生堂インターナショナル FD0120-81-4710
シップス 二子玉川店 ☎03-5716-6346
ジャコモ・リュクス（モード・エ・ジャコモ プレスルーム） ☎03-5464-1775
シャネル カスタマー・ケア・センター FD0120-525-519
シャンブル ド ニーム 銀座店 ☎03-3575-2119
シャンブル ド ニーム 仙台店 ☎022-774-8150
シャンブル ド ニーム 西宮店 ☎0798-64-0167
17℃ by Blondoll ルミネ北千住店 ☎03-6806-2717
シンエイ ☎03-3844-3245
新装大橋 ☎03-3661-0843
Sweet Room 表参道店 ☎03-5775-2636
スーパーハッカ（ハッカ） ☎03-3498-0701
スタイルコム（東京スタイル） ☎03-3262-8138
㈱ズッカ ☎03-3478-8481
ストンプ・スタンプ ☎03-5724-5211
snidel ルミネ新宿2店 ☎03-3345-5357
Smork by Language 原宿店 ☎03-3478-1600
セイバン ☎079-324-0221
セガトイズお客様相談センター ☎0570-057-080
セラフィム Div ☎03-5774-1032

た

ダイアナ 銀座本店 ☎03-3573-4005
タカミラボ FD0120-291-714
タダスポーツ広尾店 ☎03-3473-1924
タビオ ☎03-3462-2020
チャビーギャング（リトルアンデルセン） ☎03-5458-7151
デア ディア 渋谷店 ☎03-5458-8855
DIESEL KIDS イクスピアリ ☎047-316-5105
deicy代官山店 ☎03-5728-6718
ティンカーベル ☎03-6893-0022
DEPT WEST ☎03-5453-8227
dual industry ☎03-5728-7227
東京スタイル お客様相談室 ☎03-3262-8138
ドゥファミリィ 原宿本店 ☎03-3470-4456
ドクターマーチン・エアウエア ジャパン ☎03-5822-6810
トランテン ジャパン ☎03-6805-1261
トリッペン原宿店 ☎03-3478-2255
トレ コトン 代官山店 ☎03-5722-2113
TREASURE TOPKAPI（クリケット） ☎03-3490-6234

な

ナース鞄工 ☎03-3887-8377
ナノ・ユニバース 池袋 ☎03-3986-3366
ナノ・ユニバース 大宮 ☎048-648-5728
ナノ・ユニバース 東京 ☎03-5456-9957
ナノ・ユニバース 名古屋 ☎052-259-6354
ナルミヤ・インターナショナル ☎03-6439-3553
ニーム 代官山店 ☎03-3463-0526
ニーム プルミエ・エタージュ名古屋店 ☎052-585-7410
nissen,STYLE（ニッセン） ☎0120-20-2000
ニットプランナー ☎03-3792-4136
nino by Via Demizon（ルックイン） ☎03-3496-0505
日本トイザらス FD0120-577-101
日本ランズエンド FD0120-554-774
ニューバランス ジャパン お客様窓口 ☎03-3546-0997
NEW YORKER FD0120-17-0699
next 表参道店 ☎03-5778-3881

は

Barbie（KIDS） ☎03-5467-9937
ハーモニープロダクツ ☎03-3874-6320
パイロットインキお客様相談室 ☎052-732-4924
バウハウス ☎03-3473-9303
パサージュ ミニョン（ワールド プレス インフォメーション） ☎03-5117-2711
ハシモト ☎076-425-1655
ハッカ ☎03-3498-6554
ハッカキッズ（ハッカ） ☎03-3498-6554
パナソニックお客様相談センター FD0120-878-365
パラドックス ☎03-3573-3191
ハリス FD0120-807-806
パルファム ジバンシイ ☎03-3264-3941
バンダイお客様相談センター ☎04-7146-0371
Via Demizon（ルックイン） ☎03-3496-0505
B&Cラボラトリーズ お客様相談室 ☎03-5462-1762
PJ（ピーチ・ジョン） FD0120-066-107
ビーズ・インターナショナル FD0120-594-282
HYSTERIC MINI ☎03-5485-7612
HIPS（サン・トロペ コーポレーション） ☎03-5603-1381
ビバ・サーカス（モード・エ・ジャコモ プレスルーム） ☎03-5464-1775
ビバ・サーカス プライヴ リラクシング（モード・エ・ジャコモ プレスルーム） ☎03-5464-1775
卑弥呼 ☎03-3486-7671
HUMAN WOMAN ☎03-5467-9818
pure pow wow（SAC） ☎03-3478-0667
ファイブフォックス カスタマーサービス FD0120-114-563
ファニー ショー ☎03-3874-6320
ファビアン ルー新宿店 ☎03-5919-1906
Fin ☎03-5790-6862
プチバトーブティック表参道店 ☎03-5468-2471
putiton ☎03-5720-5645
PLAZA GINZA ☎03-3575-2525
FLASH REPORT 渋谷店 ☎03-3461-7808
ブリジット（東京スタイル） ☎03-3262-8138
ブルーベル・ジャパン 香水・化粧品事業本部 ☎03-5413-10
ブレスアップ ☎03-3875-0311
fredy&GLOSTER 渋谷店 ☎03-3496-5747
プレフェレ（to-Destination） ☎06-6631-0093
フレンチ コネクション 表参道 ☎03-5786-0555
Blondoll 新丸の内ビル店 ☎03-3287-1230
BAPE KIDS® HARAJUKU ☎03-5770-4455
ヘッドスター プレスルーム ☎03-3499-3047
ベネトン ジャパン ☎03-5474-7047
べべ ☎078-303-1616
ヘレナ ルビンスタイン ☎03-6911-8287
ペンズ ネック ☎044-935-3817
ポイント FD0120-601-162
ボーネルンド ☎03-5785-0860
ポーラ FD0120-117-111
ポール&ジョー ボーテ FD0120-766-996
BORN（OLD BETTY'S） ☎06-6578-7777
ボブソン ☎086-292-0213
ポロ ラルフ ローレン ☎03-5412-8700

ま

マイハニービー（ピーチ・ジョン） FD0120-066-107
マストプラニング ☎03-3498-2666
マックス ファクター FD0120-021325
マツモト ☎052-221-7345
マリン フランセーズ 梅田店 ☎06-6344-7725
MILKFED.AT HEAVEN27 HARAJUKU ☎03-5413-7070
ミルサ プレスルーム ☎03-3499-3047
ムーンスター お客様相談室 ☎03-5520-9233
ムーンバット ☎03-3556-6810
メイクアップ アート コスメティックス（M·A·C） ☎03-525 3541
メガハウスお客様係 ☎03-3847-1757
メゾン ルージュ ☎03-5117-2711
メナード FD0120-164601
メルローズ クレール ☎03-3464-3336
モーダ・クレア ☎03-3875-7050
モード・エ・ジャコモ プレスルーム ☎03-5464-1775

や

ユートップ ☎0586-47-5228
ユナイテッド アローズ グリーン レーベル リラクシング ラゾー 川崎プラザ店 ☎044-520-0223
ユナイテッド・カラーズ・オブ・ベネトン（ベネトン ジャパ ☎03-5474-7047
ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング品川店 03-5791-5325
uni;que par vert dense（サンエー・インターナショナル） 03-5467-1872
UNIQLO FD0120-090-296
unity（モーダ・クレア） ☎03-3875-7050
ユニバーサルランゲージ 渋谷店 ☎03-3406-1515

ら

ラ・エフ ☎03-5360-2231
ライトオン ☎029-858-0359
ラグエル渋谷パルコパート3店 ☎03-3461-3720
ららや FD0120-77-1001
ランコム ☎03-6911-8151
リフラティ シップス エキュート立川店 ☎042-527-6106
リュー デ ベー ☎03-5360-2231
LE WATOSA +notsobig 東京ミッドタウン ☎03-5647-835
レイ ビームス代官山 ☎03-5428-5953
ロートレアモン ☎03-5360-2231
ROXY（クイックシルバー・ジャパン） FD0120-32-9190
ロリポップ（エリット） ☎03-3861-7958
ロレアル パリ（お客様相談室） ☎03-6911-8483

わ

Waingman Wassa ☎03-5773-5586
WAG（モーダ・クレア） ☎03-3875-7050
私の部屋 自由が丘店 ☎03-3724-8021

編集部からのお知らせ＆アンケートのお願い

原稿のご応募は左のアンケート、または市販のはがき、封書、FAXでどうぞ。

A～Dの原稿に、郵便番号、住所、氏名、電話番号、年齢、お子さんの年齢と性別を忘れずにお書きください。原稿の分量は問いませんが、匿名希望の場合はその旨を明記してください。お便りを採用させていただいたかたには、後日オリジナルグッズあるいは当社規定のお礼をお送りします。なお、ご応募いただいた原稿、写真は返却できませんので、あらかじめご了承ください。

【あて先】
〒101-8911
東京都千代田区神田駿河台2－9
主婦の友社コモ編集部
11月号原稿募集（A・B・C・D）係

【FAXでも24時間受け付けています！】
FAX 03-5280-7432

プレゼントへのご応募、「おしゃべりBOX」への投稿もこちらのアンケート用紙でどうぞ！

183ページ「いいものどっさりプレゼント」に応募されるかたは、左のアンケートにご記入のうえ、80円切手をはってご投函ください。なお、プレゼント発送の際に必要な住所・氏名・電話番号などは、お間違いのないよう忘れずにご記入ください。168ページ「おしゃべりBOX」への投稿もこちらをご利用ください！

あなたの声を聞かせて！

今月の原稿募集はこちら！

コモは、ママによるママのための雑誌。みなさんの声をもとに毎月記事を作っていますので、どうぞあなたの体験・意見などをどしどしお寄せください！　お待ちしています！

A 入園入学準備、やってよかった！失敗した！あなたの成功・後悔体験を

今年入園入学を経験したママにお聞きします。いつごろからどんな準備をしましたか？　情報はどうやって集めましたか？　準備の中でよかったもの、便利だったもの、そろえて正解だったものは？　逆に、失敗したもの、反省したことはどんなことですか？

B 学習机を購入したママ、どこで何をどんな基準で選んで買いましたか？

予算はいくらで実際に購入したものはいくらですか？　その机を選んだキメテは？　そしてどの部屋に置いて子どもはどう使っていますか？　できたら間取り図もいっしょにお送りください。みなさんの机選び体験を募集します。

C 気になるママ体形、あなたはどの部位が気になりますか？

着ぶくれしがちな冬。あなたが気になる部位は「どこですか？　細くきれいに見せたい部位を教えてください。そして体形をカバーするために着こなしで注意している点はどんなことですか？　冬服のお悩みを大募集します。

D 写真の整理・収納、そしてディスプレー。あなたはどうしていますか？

デジカメでいっぱい撮った画像をその後どうしていますか？　メモリーカードのまま？　PCに入れたまま？　きちんとプリント？　あなたの家の写真整理事情を教えてください。さらに、フォトフレームなどでディスプレーしている方はその飾り方も教えて！

発表！

9月号プレゼント当選者（敬称略）

A
青森県　蟻塚ひとみ
山形県　鈴木理恵
鹿児島県　牧山かおり
B
大阪府　山内ひとみ
鳥取県　千馬樹里
C
福島県　宮野あき
群馬県　田畑亜沙美
千葉県　加我綾香
千葉県　戸村麻美
東京都　田村永里子
D
千葉県　小倉美由紀
埼玉県　冨永左千子
愛知県　阿南祐美子
E
長崎県　下田千絵
F
青森県　杉田久美

「キッズブティック」に出てみませんか？

キッズモデル大・大募集中です!!

コモでは、キッズファッション企画に登場してくれるキッズを募集しています！
特に身長が105～110cmのお子さんは選ばれる可能性大！です。
わが子のかわいさ、カッコよさに自信があるママは、いますぐご応募ください！

●応募の条件／2～8才のお子さんで、東京の主婦の友社のスタジオまたは都内近郊の撮影場所まで保護者のかたが連れてきていただけること（交通費は自己負担とさせていただきます）
●応募方法／お子さんの最近のようすがよくわかるカラー写真の全身・上半身の2枚を用意し、右の用紙をはって封書でご応募ください。ママ、パパの写真も同封してください。
●締め切り／随時受け付けます。
●発表／モデルをお願いするかたには編集部からお電話さしあげます。

お子さんの名前
生年月日　年　月　日（　才）
撮影日時　年　月　日（ころ）
身長　cm　体重　kg　足のサイズ　cm
好きなこと
ママの名前
☎
住所　〒

【お詫び[illegible]訂正】
●10月号[illegible]紙におきまして、P[illegible]目次ページご掲載の洋服クレジットに誤りがありました。
表紙のドレスの[illegible]協力店はアーキ、問い合わせ先お電話番号はアーキPR:TEL03-5459-6520
に[illegible]す。
●10月号「[illegible]わさのキッチン[illegible]パラダイス」におきまして、P16[illegible]エスプレッソマシン型番に誤りがあ[illegible]した。MD974とありますが正しくはMD9741になります。
関係者及び読者の皆様に多大なご迷惑をおかけしたことをお詫び申し上げます。

hudie.com

山折り

Stamp Here
恐れ入りますが
80円切手を
お貼りください

東京都千代田区神田駿河台2-9
主婦の友社
Como編集部
11月号アンケート&プレゼント係

101-8911

山折り

山折り

山折り

ご希望のプレゼント記号・番号

P183「いいものどっさりプレゼント」より記入してください。

第1希望 No. 商品名

第2希望 No. 商品名

山折り

お名前	(ふりがな) (才)	ご住所	〒

TEL		FAX		e-mail	

仕事は?	している (内容) していない
家族構成	夫(才) 職業( ) 結婚して(年) 子ども(才/男・女)(才/男・女)(才/男・女) その他、同居のご家族(・ 才)(・ 才)
Comoに登場してほしいママタレントは?	
編集部からのアンケートを郵送、FAX、メールなどでお送りするのは	OK ・ NG

※このアンケートにご協力いただいたかたに、主婦の友社の本・雑誌つくりのための別途のアンケートをご送付させていただきたいのですが、よろしいですか?

はい いいえ

切り取り線

切り取り線

のりしろ

Como 11月号アンケート

●Como11月号を購入した理由は?

No.

①次号予告を見て　②書店店頭で見て　③知人にすすめられて　④毎号Comoの購入を決めている

⑤定期購読に申し込んでいる　⑥ホームページ・携帯サイトで見て　⑦宣伝物を見て

●今月号の購入の決め手となった記事はなんですか?

●これまでのComoの購読状況は?

No.

①毎月読んでいる(1年以上)　②毎月読んでいる(1年未満)　③ときどき読んでいる

④今月号が初めて　⑤先月号が初めて　⑥その他

●ここ1カ月間でComo以外に購入された雑誌を教えてください。

雑誌名(　　　　　　　　　　)→購入理由は?(　　　　　　　　　　)

●今月号の中で好きなコーディネートは?

(　　　　)ページの(　　　　　　　　　　)→理由は?(　　　　　　　　　　)

●今月号の中で嫌いなコーディネートは?

(　　　　)ページの(　　　　　　　　　　)→理由は?(

●今月号でよかった企画と、もの足りなかった企画それぞれ3つと理由を教えてください。(付録・企画名は目次をごらんください)

【よかった企画】

企画名(　　　　　　　　　　)→理由(　　　　　　　　　　)

企画名(　　　　　　　　　　)→理由(　　　　　　　　　　)

企画名(　　　　　　　　　　)→理由(　　　　　　　　　　)

【もの足りなかった企画】

企画名(　　　　　　　　　　)→理由(　　　　　　　　　　)

企画名(　　　　　　　　　　)→理由(　　　　　　　　　　)

企画名(　　　　　　　　　　)→理由(　　　　　　　　　　)

●今月号のComoを読んでのご感想を。「よかった」「よくなかった」「こんな企画・付録がほしい!」などご自由に。

●180ページの原稿募集をごらんになって応募したいテーマがあればお書きください。

書き足りない場合はお手持ちの便せんなどに書いて同封してください(写真もOK)。

原稿番号(　　　　)　匿名希望の場合のペンネーム(　　　　　　　　　　)

●あなたのお子さんのファッションについて教えてください。

① あなたが好きなキッズファッションブランドを3つ教えてください。

ブランド名(　　　　　　　　)好きな理由(　　　　　　　　　　)

ブランド名(　　　　　　　　)好きな理由(　　　　　　　　　　)

ブランド名(　　　　　　　　)好きな理由(　　　　　　　　　　)

②あなたが1カ月にかける、子どものファッション費用は平均いくらですか?(1つに○を)

A.3,000円未満　B.3,000〜5,000円未満　C.5,000〜10,000円未満　D.10,000〜15,000円未満　E.15,000〜20,000円未満　F.20,000〜30,000円未満　G. 30,000〜40,000円未満　H. 40,000〜50,000円未満　I. 50,000円以上

③あなたがComoで見たいキッズファッション企画を具体的に教えてください。

(　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　)

ご協力ありがとうございました。

のりしろ

のりしろ

切り取り線

切り取り線

A 3名

ビール史上初のライムつき!

「コロナ・エキストラ缶」日本初上陸!

日本ビール株式会社より、「コロナ・エキストラ缶」が登場。「コロナ・エキストラ」は全米で最も売れているプレミアムビール。スタンダードビールを含めてもアメリカ輸入ビール部門第1位の実績を誇っています。また「コロナ・エキストラ瓶」は生ライムをさし込んで飲むスタイルで知られており、「コロナ・エキストラ」にとってライムはまさに切っても切り離せない存在。そこで新発売の「コロナ・エキストラ缶」にはそれぞれにライム果汁パックをセットして販売。ビール史上初の試みです。今回は1ケース(262円/1缶 〈355mℓ×24缶〉)を3名に。詳しくは日本ビール☎03-5489-8888



ライム果汁パックつきで発売。

B 2名

ハッピーキッチンシリーズ第6弾!

「~かんたんかわいいシュークリーム~ふわシュー」

メガハウスより大好評のクッキングトイ、ハッピーキッチンシリーズ第6弾として、「~かんたんかわいいシュークリーム~ふわシュー」(3,990円)が登場。難しいイメージの強いシュークリームですが、「ふわシュー」なら材料とオーブンレンジ(もしくはオーブンと電子レンジ)があれば、シューだけでなくカスタードクリームまでおいしく簡単に作れます。わかりやすいガードシートつき。さらにラッピングセットつきでプレゼントにもぴったりです。今回はこちらを2名に。詳しくはメガハウスお客様係☎03-3847-1757 http://www.megahouse.co.jp/


© MegaHouse

蝴蝶网 hudie.com

いいものどっさりプレゼント

このページのプレゼントをご希望の方は181ページのアンケート封筒を切り取って各設問にご記入のうえ、各商品のA~Fの記号と商品名(第2希望まで)を選んでお送りください。当選者の発表は1月号誌上です。

プレゼントのご応募は181ページのアンケート封筒で

プレゼントの締め切りは10月30日(当日消印有効)

実用的でスタイリッシュ!

「サボイ」の新作トートバッグ

C 2名



新しいコンセプトのコレクションを展開しているバッグブランド「サボイ」。実用的で使いやすく、ほどよく流行をとり入れたデザインやこだわりのある材質や製造技術が魅力。ジッププーラーやライナー、チャームなどオリジナルのユニークなディテールにも注目です。今回はスモールハート柄がキュートな新作デニムトートバッグ(3,990円 W48cm×H35cm×D16cm)を2名に。A4の書類、赤ちゃんグッズ、ジム用具など荷物の多い女性に最適の設計です。詳しくは山陽商事☎03-3833-4671 www.savoy-net.com



セラミックナイフ25周年記念

「電動ダイヤモンドシャープナー」

「さびない・除菌漂白OK・切れ味長持ち」で知られる京セラ「セラミックナイフ」発売から25周年を記念して、10/1よりキャンペーンを展開。セラミックナイフ全品・電動シャープナーをお買い上げの方全員に、料理研究家高城純子先生監修「セラミックナイフWEBお料理動画レシピをプレゼント」(①)。さらに抽選でJCBギフトカード(5,000円)が当たるチャンスも(②)。応募期間は①'09 10/1~'10 3/31 ②'09 10/1~'09 12/31。今回は25周年を記念し、電動ダイヤモンドシャープナー(5,250円)を5名に。セラミックナイフ以外にも、金属製の包丁のお手入れにもOK。詳しくは京セラ☎0077-78-0500 www.kyocera.co.jp/25th/

D 5名

らくちん&かわいい NEWコンフォートシューズ

「majo aile」から新作が登場!

トラッドからスポーツまで、ライフスタイルに合わせて選べる「majo aile(マジョエール)」。今季はかわいいカジュアルタイプの新作が到着。フェミニンなフォルムとディテールがキュートなモカシンシューズ。ローヒールで脱ぎはきしやすいデザインで、優れた屈曲性と心地よいフィット感が魅力です。今回はダークベージュの新作を5名(23cm・2名、23.5cm・2名、24cm・1名)にプレゼント。希望サイズを明記の上、ご応募ください。詳しくはアシックス商事☎078-795-0500 http://www.asics-trading.co.jp



E 5名

F 3名



15周年・第2弾のプレゼント!

「トゥー・シー」ツインニット

洗練されたデザインで、Como世代に大人気のファッションブランド「トゥー・シー」。今秋デビュー15周年を記念し、10月号に引き続き第2弾のプレゼントは秋の始まりにうれしいツインニット。フリルがあしらわれたボレロ風カーディガンとラメ糸づかいで華やかな印象のボーダーニットのセットです。重ね着はもちろん、それぞれ単品でも楽しくコーディネートできるお得なツインは着回し度満点の優秀アイテム「ツインニット」(15,750円)を3名にプレゼント。希望のカラー(パープル、ピンク、ブラックの中から1色)を明記の上、ご応募ください。詳しくはルック☎03-3794-9108 www.look-inc.jp

このページや、この雑誌(付録を含む)の他のページに掲載されているプレゼントや資料請求で、主婦の友社があて先となっている場合、応募されたかたの氏名・住所などの個人情報がその商品の企業、扱い広告会社、発送委託会社等に渡ることなります。個人情報の取り扱いについては厳重に管理いたしますが、あらかじめご了承ください。また、応募要項でお示しし、許諾いただいている使用目的以外で個人データを使用することはありません。

蝴蝶网
hudie.com

彼女たちの「日常」を届けます。

コモモデルのデジカメラッチ

**人気コモモデル3人が語る、
日々のこと、ファッションのこと、そしてビューティーのこと。
彼女たちが自分の言葉でつむぐ文章を、
自身が撮った写真とともにお届けします。**



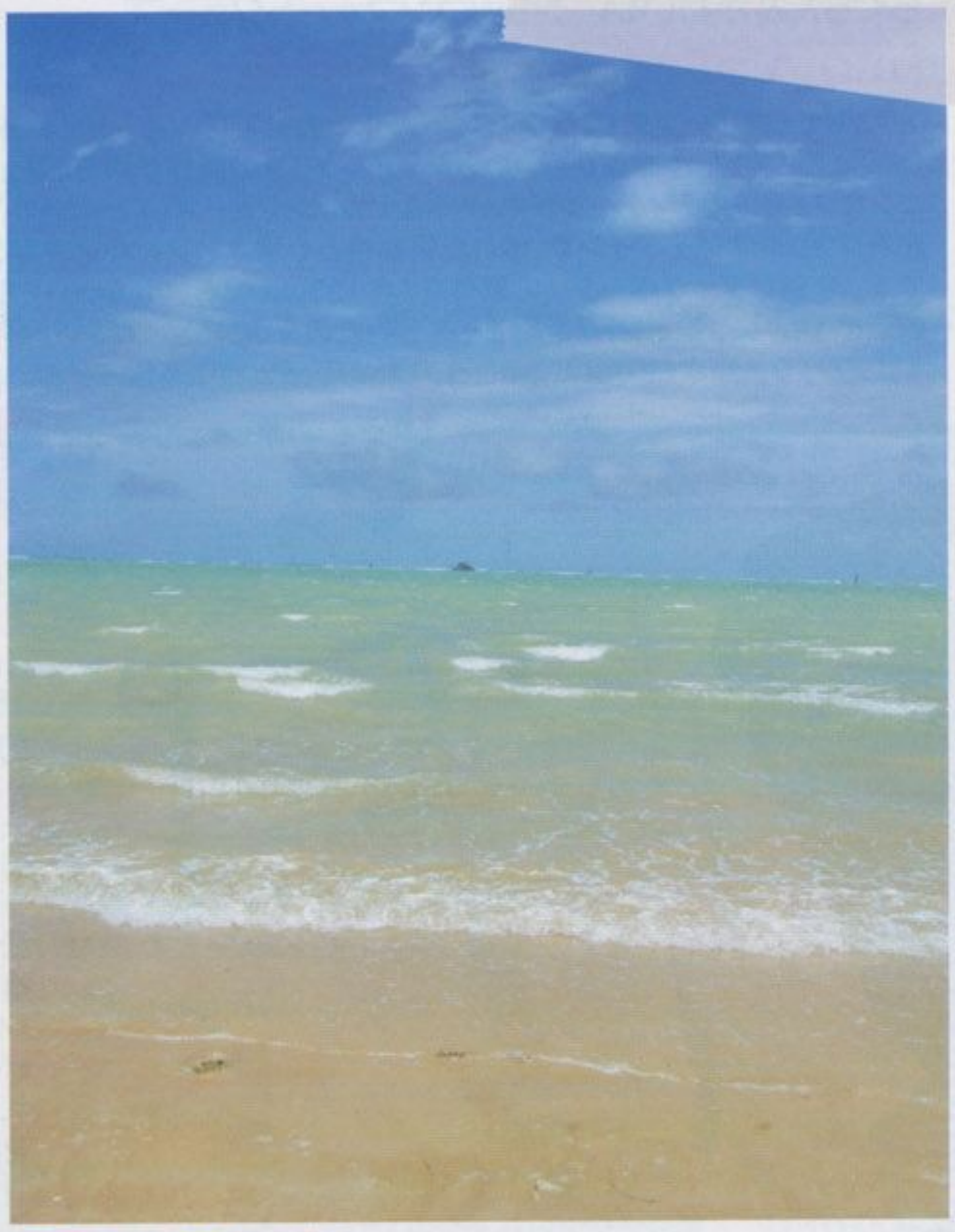
今回南部では「ひめゆりの塔」にゆきました。ましゅと手を握って、目をそらさないで、悲惨な事実を、たくさん、みた。



大好きな宿「ヤポネシア」で仲良くなった家族に頂いたドラゴンフルーツ。旅先の出会いに恵まれるのも、民宿の魅力なのであります。



雨にけぶる、やんばるの森。豊かな水をいっぱい含んで、生きている。自然は神様だなーと、しみじみおもうのです。



今回も訪れた辺野古の海。まだ確かにここにある、ということを確かめたいのかもしれないです。そしてまた、自分にできることを探している。

山田さとみの
日々ぐらし。
vol.11 ふたたび沖縄へ

**進むことを、おそれずに。
前を見つめてがしがし歩こう。**

しつこいヤマダ、ふたたび、ましゅと沖縄に行ってきました。今の私にとって、目が離せない、というのに近いこの土地に。

旅をすると、少しずつたくましくなってゆくような気がします。車を借りて、島内をぐるっと回ったのだけれども、普段全く運転なぞしないもので、「ハンドブレーキ解除できません……」とかそのたびレンタカー屋さんに電話をかけて聞いたりする。できるかできんかわからんかったら、やってみたらええ、などとおもっている私は、たくさんの人に助けていただきながら、それでも何とか先に進めている気がします。そんな危なっかしい我らが行きたかった場所のひとつは、「ジュゴンの見える丘」。かなりでこぼこしたワイルド山道をそろそろと進み、途中何度もましゅと顔を見合わせ、「もう進めないよね？」と「まだ行ける！」を繰り返した。台風で倒れて道をふさぐ老木を脇に動かしては進み、いよいよこわいぞとなったとき、車を停めて走っていった先に広がっていた景色といったら！ 崖っぷちの下、もりもりした森、その先の光る海。物凄い光景に胸がいっぱいになる。ドキドキしたけど、ここまで来てほんとうによかったね、と。ところがどっこい。後から聞いた話によると、この道にはまだ先があるそうで……もっともっとすごいよ！という。これは次回、その先を見にゆかなくてはね、とふたりうなずくのでありました。

民宿を点々としながら、北と南をめぐった旅。ちょうど台風にあたって、海の向こう側からくる雨も、雨や風の音も、湿った空気の匂いも、体感できてわくわくした。

旅から帰り、人の限界は案外、自分自身が作り出してしまっているのかもしれないと考える。怖がっていてはその先は見えない。格好悪かろうが、勇ましく足をすすめてゆこう、なんてことを妙に思うのでした。



Satomi Yamada
やまださとみ
2004年コモモデル。
小学２年生の女の子のママ。

蝴蝶网
hudie.com



「アクアガール」のセールで買ったヒョウ柄細ベルトは存在感大！　大活躍間違いなし☆



グレーはマニッシュになりすぎずに、着こなしにやわらかさをプラスしてくれそう！　一年通して使えるニット素材です。



巻頭の撮影で天汰が着させてもらった「next」のフェイクレザーブルゾン。暖かそうでとりはずし可能なフードもまた良しでひとめぼれ。



Chiho Nakatsu

なかつちほ
2006年コモモデル。
5才の男の子と、4才の女の子のママ。

中津千穂の Chiho's Closet

vol.11 あったか素材で冬じたく



丈も短くコンパクトで、まだらもような感じの色もグッドなファーベストに、シンプルなカットソーとカーキのパンツを合わせて。

遊びのあるアイテムで、大人のミックススタイル！

寒い季節、やっぱり気になるのがニットやファーなどモコモコフサフサあったか素材☆　身につけていると体だけでなく心まであったか～くなるこの時期のマストアイテムですよね。

ファーといえばリッチでゴージャスなイメージですが、カジュアルにこそファーをとり入れてほしいんです!!

たとえば、写真のコーデでダウンのベストを合わせてみると、無難だけどちょっとはまりすぎてつまらない!?　そこで、ファーのベストにチェンジしてみると……。カジュアルにリッチ感がプラスされてより洗練された大人カジュアルに見えませんか？

また、小物にもひとクセあるものを持ってくるのがおしゃれの楽しみでもあります。というわけで今季買ったものをいくつかおひろめ☆　一番に買った帽子は、クラシックなリボンハット。ニット素材でカジュアルな雰囲気なので、普段からお出かけまでいろいろ使えそうです♪　マットなゴールドが大人顔のホースヘアーのベルトは私の大好きなヒョウ柄で、シンプルなスタイルのポイントにもってこい！　ワンピの上からくるりと巻いてもちょうどいい長さなのもポイントです。

こんなふうに、どこかに「はずし」を加えたり、違うテイストをMIXしてみたり……。実はこういうのって、いろんな服を着てきた大人の女性にこそ格好良く着こなせるスタイルだと思うんです♪

なので、みなさんも楽しんでみてくださーい☆

神崎恵の Beauty Parts

vol.11 むくみ、たるみ対策



顔のむくみやタルミにはパック、胸やデコルテのタルミには美容液。ともに「CLARINS」を愛用。おっぱいって小さくてもたれるんです(=_=Ⅲ



Megumi Kanzaki

かんざきめぐみ
2004年コモモデル。
9才、4才の男の子のママ。



ながら美容の強い味方。コロコログッズ。頭のてっぺんからつま先まで。痛いところはリンパがつまっている証拠です。



これをするようになってほおの位置とあごのラインが変わりました！　このプレートが、かなりいい仕事をしてくれます！　「アユーラ」のビカッサ。



保湿しながら引き締めて透明感も出したいの！いくつもの願望をこれひとつでかなえてくれる頼もしい一枚！このパックした次の日の肌はかなり自信あり♪

こわーい重力には、日々の努力がモノをいいます！

重力ってほんとにあるのね～(ノ_・。)

今まで感じなかった、いや、本当は重力なんてないんじゃない？　なんて思っていました。あまいなぁ、しっかりありましたよ、上から下へのこの法則。

20代後半からじわじわと、30代に入ってからはありとあらゆるところが下へ下へと向かっております。

年のせい、出産のせいにして。しょうがないよ～(ﾟ▽ﾟ)なんて自分に言い訳してきましたが。

このままじゃあわたしはたれてく一方なのねと確信。これはなんとか手を打たなければ！　ということで、運動はもちろん、顔のマッサージやらボディの引き締めクリームやらとあれこれ試しています。たとえば、ボディのタルミ、引き締めには「CLARINS」のクリームで上へ上へとマッサージ。

でも、一度下がったものってなかなか上がってくれない(;_;)そんなに簡単なものじゃあないようです。

でも何もしないのとは雲泥の差！　輪郭も、お尻も、だんだんと数年前の位置に戻ろうとしています。その位置が何ミリ、何センチ違うだけで体も顔もこんなに違うものなのかと驚きます。写真を見るのも怖くなくなる。

放っておくか、手を打つか。

何年か後の自分の姿は今の自分次第ということになりそうです(^-^)

☆次号コモ12月号は、10月31日(土)発売！　売り切れないうちに本屋さんへGO!

読者のみなさまの声をもっと誌面に！

Como［コモ］からのお知らせ

コミュニケーション・メディア宣言

主婦の友社 読者ネットアンケートクラブ

メンバー大募集！

「Como」をはじめとする主婦の友社の雑誌群は、読者のみなさまのご意見がいのち。これからも、より優れた“コミュニケーション・メディア”を目ざし、みなさまの声を糧に成長していきたいと考えています。その一歩として、パソコンとケータイからご利用いただける「主婦の友社 読者ネットアンケートクラブ」を創設しました。ご登録いただいたかたには、今後編集部からさまざまな情報をご案内。

「Como」をもっとパワーアップさせるために、みなさまのご協力をお願いします！

登録はカンタン！ メンバーには随時、編集部から雑誌アンケートのご協力をご案内。そのほか、新商品等のモニターやプレゼントなどを実施します。

アンケートクラブ創設キャンペーン

初回ご登録プレゼント

ご希望の賞品をお選びください



抽選で

- A賞 パナソニック　ナイトスチーマー ナノケアEH-SA41 1名様
- B賞 「主婦の友社特製図書カード1000円分」20名様

ご登録はこちらから！

（パソコンとケータイからのみご登録いただけます）

パソコン・ケータイとも

http://club.bukure.jp/

創設記念プレゼント応募締め切り：2010年1月5日（火）まで

●本読者クラブお申し込みにおいて入手したお客様の個人情報は、プレゼントの抽選および賞品発送、商品サンプルの発送、読者モデルを含むモニター案件のご案内、それらの目的の範囲で当社の委託する事業協力会社に対する開示が必要な場合、および事前に同意をいただいたうえで追加する利用目的を除いて、第三者に公開することはありません。
●また、本読者クラブお申し込みにおいて当社が入手したお客様の個人情報は、個人が特定されない範囲で加工し、統計データとして使用させていただきます。この場合、加工したデータを使用して、その集計作業などのために外部の協力会社に委託する場合があります。

たれ耳おおかみのジョン

⑰「オオカミのテスト」

作・きむらゆういち
絵・高畠那生


蝴蝶网
hudie.com

前回までのあらすじ

憧れのオオカミたちを危機から脱出させた雑種犬ジョンは有頂天になりました。でも疲れ果てたジョンはもはやエサをつかまえる体力が残っていません。そのときです、オオカミのケンがエサを持ってあらわれました。ジョンはエサを夢中で食べながら、ケンにオオカミの仲間に入れてくれと頼みました。そこでケンはジョンをオオカミのボスに会わせてくれ、めでたくジョンはオオカミの仲間入りを果たしたのでした。

「というわけで、こいつは今日からオレたちオオカミの仲間だ」

「へい」

「お前たち、いろいろ教えてやってくれ」

「オ、オレたちが…ですか」

「この犬を！」

「もちろんだ。よろしく頼む」

ケンにそう命じられたのは、あの三匹のチンピラオオカミたちだ。

チンピラたちも驚いたが、もっと驚いたのはジョンだ。

「ゲゲッ。オレ、こんなやつらの下かよ」

オオカミの群れは、厳しい階級がある。新入りは一番下の階級になるのが掟(おきて)だ。そして今までの一番

蝴蝶网
hudie.com



下っぱがあのチンピラたちだったのだから、こうなったのも当然といえば当然のなりゆきだろう。
しかし、ジョンにとってこのチンピラたちは、いじめられ川に落とされたことのある相手。
その上、このチンピラたち、ジョンが仲間になったことを快く思っていないのだ。

チンピラたちの名前を、ゲロ、ガロ、グロと言った。
「ちっ。なんでこんな犬の面倒をオレたちが見なきゃなんねえんだよ。たれ耳のくせに」
「しかたねえ、ちょっとオオカミの厳しさを教えてやるか。さあ来い、たれ耳」
「ああ、うーんとキツイやつをな。覚悟しとけよ、たれ耳」
ゲロたちは不気味な薄笑いを浮かべる。
ジョンは、たれ耳、たれ耳と呼ばれてムカムカしながらも、三匹についていくしかない。
ジョンが連れていかれた先は、地獄谷と呼ばれる険しい岩山だ。
ここでテストに合格しなければ、オオカミの本当の仲間として認められない。ボスが認めたので、ジョンはこのテストを受ける資格を得たというわけだ。
もちろん本物のオオカミたちも、大人になる儀式としてみんなやってきている。
「さあ、ここだ。たれ耳。お前はもう大人なんだからちょっと厳しいぜ」
ガロがニヤリと笑う。
いつの間にか、ゾロゾロとほかのオオカミたちも

集まって来ている。
群れじゅうのオオカミがこの儀式を見ているのだ。
「では、今からこのたれ耳のテストを行います」
「落ちたら死ぬぜ、たれ耳」
ゲロたちにそう言われて、ジョンはまたカチンと来た。
「おい、オレにはちゃんとジョンという名前が…」
と、言おうとしたときだ。
「おい、ちょっと待て」
とボスの声がした。ボスもここに来ていたのだ。
「お前たち、今そいつをたれ耳とか言ったな」
ボスの言葉にジョンは"やった"と思った。
しかし、ボスの言葉はこう続いたのだ。
「その名前、面白いじゃないか。よし、お前の名前はこれからたれ耳にしよう」
ボスの言葉に群れのみんなも声を上げる。
「がんばれよー、たれ耳」
「負けるな、たれ耳――!」
ジョンはしぶしぶ、みんなに顔で笑ってこたえた。

蝴蝶网
hudie.com



「さあ、テストはここだ。あの岩まで跳んで、あそこからあのとがった岩まで一気に駆けおり、その勢いで走っていって、あの木のところで止まるんだ」

「止まるのを失敗するとすぐがけだ。がけから真っ逆さまだぞ」

「わかったな、オレたちが三十数える間にやるんだ」

「ええ!! こ、こんな谷底に」

ジョンも驚いたが、ほかのオオカミたちも驚きの声を上げた。



「えぇー、うそー」

「あんなところはひどすぎるよー」

普段はもっと楽なコースらしいが、ゲロたちにまかせた以上、ゲロたちの選んだコースに従うしかない。

「失敗してもいいが、チャンスは3回までだ。いいな、たれ耳」

オオカミたちが一瞬、静まり返る。

「いーち、にーい、さーん、それ行け!」

背中を押されて走り出したジョンだが、とても跳び越せる距離ではない。

蝴蝶网 hudie.com

「うわーっとっとっと」
跳ぶ寸前で止まろうとしたが、がけから足を踏みはずした。
ザザザ――――!!
なんとか岩にしがみついて、必死にはい上がる。
その姿を見て、
「おいおい、たれ耳さんよ、いい格好だぜ」
と、三匹の言葉にみんなも思わず大笑いだ。
「さあチャンスはあと2回だぜ、たれ耳」
仕方なくジョンは、もっと手前から勢いをつけて走ることにした。
「それ行け！　たれ耳！」
「いーっち、にーい、さーん…」
タタタタ――
走り出したが、
「わあん、とてもムリだあ〜!!」
勢いあまって跳びだしてしまったが、なんとか途中にある岩にしがみつく。
「ふう、助かった。もう死ぬかと思ったぜ」

もうジョンの体は傷だらけだ。
「せっかくここまできたのに」
さすがのジョンも、唇をかんだ。
しかし、ここであきらめるわけにはいかない。
でもどうやってあの岩に跳び移るんだ。
ジョンは考えた。
「あっ、そうだ！　あの方法だ」
そのとき、昔、ムウやキューたちと遊んだときのことを思い出した。そしてジョンは思いっきり走り出すと、「えいっ！」と思いっきり岩をけった。



☆次号コモ12月号は、10月31日(土)発売！　売り切れないうちに本屋さんへGO!

蝴蝶网
hudie.com

迷える母羊よ集え！　幼稚園ママ100人委員会のお知恵拝借

THE 幼稚園ママライフ 成功の掟（おきて） 第32回

幼稚園の先生は、たいてい独身でママより年下もあたりまえ。資格はあるにせよ、ホントに大丈夫？と心配になることも…。ということで、幼稚園ママ100人委員会メンバーに、わが子の担任の先生事情を聞いてみました！



うちの子の担任はハタチくらいの若～い先生！　ちょっと不安なんですが、みなさんのところはどうですか？

幼稚園ママ 100 人委員会の 幼稚園の先生 はこう！

経験４年以内の若手です　40人



社会人１年目の新人先生。とてもフレッシュ感があります。（岐阜県／まもこ）

こんな感じ！●２年目。頼れる、というわけではないけど、明るいしがんばってるなというのは感じます。（北海道／ぷたろう）●２年目の先生です。実習生の頃から知っているので親しみがもてます。（千葉県／りんご）●３年目。若いので子ども受けはいいです。（富山県／うちは３兄弟）●３年目。とにかく元気だし、話もきちんと聞いてくれる。20 代前半とは思えないくらいしっかりしている。（千葉県／ピーチ）●４年目。美人で、表裏がない気さくな人。独身なのに子どもの細かいところまで理解し、子どもの個性も尊重している。（群馬県／K.K）

ここがちょっと●なんでもいちいちオドオドしたところが目立つ。（岐阜県／まもこ）●なにか言うと「ハーイ」とか「わかりました～！」とかわいく返事はしてくれるけど、結局理解していないときがある。（北海道／タンタンママ）●１年目だからしかたがないけど、日々をこなすのが精一杯でほとんど園児のことを見ていない。連絡帳や提出物のチェックなどはこちらがしっかりしないといけないことだらけ。（兵庫県／のりふみ）●個人面談で「やっぱ」という言葉が多くて気になった。（埼玉県／シオママ）●連絡帳のコメントがほかの子と同じでがっかりした。（東京都／けんちゃんママ）●３年目の先生。子どもとハグしても目があさってのほうを向いている。（千葉県／きのこ）

経験 10 年以上のベテランです　21人



10年目で園いちばんの古株。まかせて安心の余裕がにじみ出ています。（埼玉県／ぷにぞー）

こんな感じ！●10年目。仕事も早く安心してまかせられる先生です。ナチュラルな化粧に身だしなみもしっかり。いやみな感じはまったくしません。（神奈川県／りんた）●うちは 25 年目の超ベテランです。見た目も中身もとても優しく穏やかな先生。経験もたっぷりで「子どもってこんなこと多いですよ～」と、何事も懐深く受け止めてくれます。（大阪府／ピーマン）

ここがちょっと●教室はいつもきちっと片づけられていてほかのクラスよりかたい感じが。完ぺき主義者なのかな、と。（神奈川県／りんた）●抱っこや抱きしめたりはいっさいしない。去年担任だった４年目の先生はたくさんしてくれていたので、クラスの子たちはとまどっているようす。（神奈川県／かつりん）●親への指導が多すぎる気が。連絡ノートに「今日はおもらしを５回もしました」とか「おうちではどのようにしていますか」などトイレトレーニングのプレッシャーをかけてきてつらいです。（兵庫県／えむえむ）

経験５～９年の中堅です　39人



６年目。まだまだ若いけど問題があればすぐ行動を起こしてくれます。（愛知県／おくちゃん）

こんな感じ！●５年目。キャピキャピはしているが、５年もやっていると学年のまとめ役になっている。（神奈川県／はくしょん）●６年目。いつもプラザで売っているようなポップＴシャツを着て学生のように若々しい。でも芯はしっかりしていて、子どもが悪いことをしたときも感情的にならずきちんと「叱って」くれる。（愛知県／じゅんどん）●７年目。幼稚園の中ではベテラン。朝、早めにきて子どもたちに絵本を読んだり、園庭で相撲をとったり。子どもはもちろん親にも人気があります。（愛知県／トマト）

ここがちょっと●５年目。人間関係が苦手そうで父母とあまり目を合わせない。深くつき合いたくないオーラが出ている。（静岡県／ひまままママ）●ちょっと大ざっぱかなと。細かいところまでは見てくださいません。（広島県／そうたもん）●経験も長く大らかでいいんですが、お迎えの日にバスに乗っていたり、持ち物がなくなっても「うーんどうしたんでしょうねー」なんて返事で大らかすぎると感じることがあります。（広島県／クローバー）

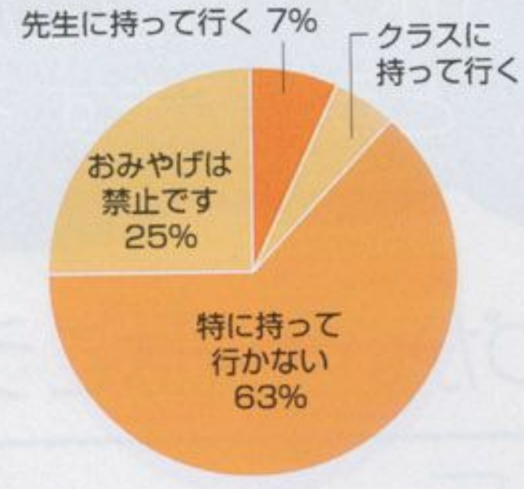
イラスト／なかのたかし　まとめ／和田玲子

「幼稚園の先生」幼稚園ママ100人委員会の実態はこう！

うちの園長はこんな人

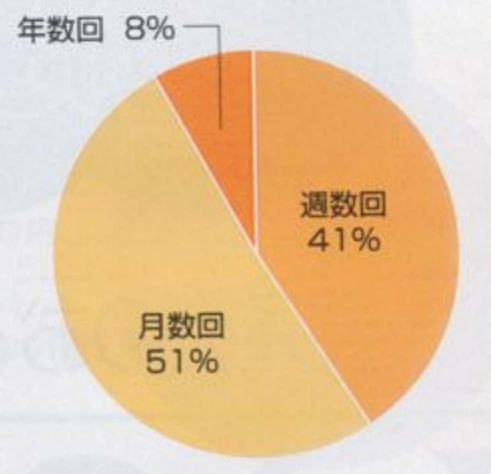
●50才代の男の先生。行き、帰りは必ず門に立ちあいさつ。子どもたちは「隊長」と呼んで慕っている。（千葉県／きのこ）●子ども農園の手入れから行事の準備までなんでもこなすパワフルな60代の男性園長。園バスの運転手がケガをしたときはかわりに運転もこなしてました。（埼玉県／りすママ）●子どもたちでなく机の前（職員室）ばかりを気にする人。前の園長は朝から園の掃除をして、登園してくる親子にひと言あいさつをしていましたが、今の園長はぜんぜんそんなのないです。（宮城県／ドラゴンママ）●おばあちゃん園長です。話は長いけど、子どもの誕生日にはハガキをくれたり応対も偉そうじゃない。結婚しても辞めない先生が多いのも園長の人柄かなと。（茨城県／チューリップ）●年をとったキューピーかな。（東京都／納豆巻き）

旅行のおみやげは持って行く？



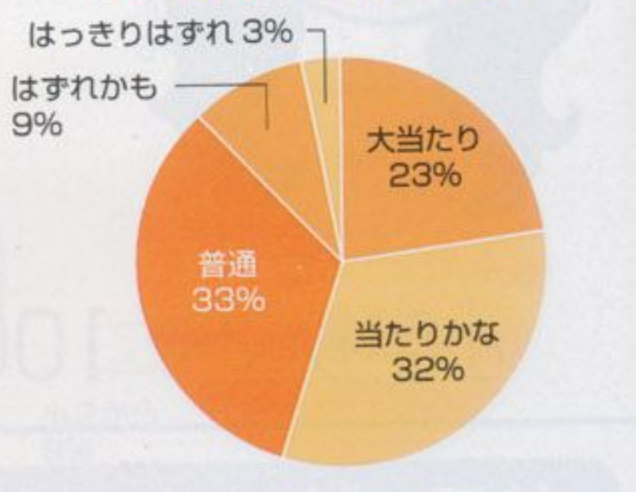
幼稚園に帰省のおみやげなどを持って行くというママは1割。クラスに持って行くのも、食べ物だとアレルギーなどの問題もありNGに。気をつかわないのが無難なようです。

担任の先生と直接話す機会ってどれくらい？



担任の先生とは個人面談のときだけしか話さない、というママは1割弱。徒歩通園だと話す機会は多くなり、コミュニケーションが増すと右の「当たり」と感じる率も高くなるようです。

ことしの先生は「当たり」？「はずれ」？



「当たり」の基準は「子どもが楽しく幼稚園に通っていること」という意見が多いよう。経験10年以上の先生が担任だと「大当たり」「当たり」と感じるママがほとんどに。

若い先生が成長するママのひと言

●新卒で、今にも辞めそうな頼りない担任には「子どもが先生大好きですよ～」「先生が担任でうれしい」「ありがとうございます！」などなど伝え続けた。3年目の今もがんばってます。（埼玉県／果実ママ）●年少のときの担任は新卒でまだ20才。頼りないけど一生懸命だったので、みんなで「先生、大丈夫だから何かあったら母たちに相談して！」なんて言ってたら、1年後にはだいぶしっかりしました。（茨城県／うみとも）●「ものすごく努力されているんですね。ピアノを聴いていればわかります」「子どもの視野が広がったのは先生のおかげです」など感じたことを言葉にして伝えました。（埼玉県／ペンギン）●若い担任をスルーしてベテラン先生に相談事を持ち込まない。必ず担任を通していれば信頼関係が生まれます。（千葉県／りんご）



人気があるのはこの先生！

●40代の年長さんの担任。厳しいところもあるけどとってもノリがよくて、おばけ屋敷、ハイキングごっこなど子どもたちの興味のある遊びを次々に考え出し、ほかの学年の子も誘って遊んでくれます。発表会、運動会もその先生のクラスはすばらしいです。（富山県／うちは3兄弟）●スポーツクラブから来る体育の先生（男性）はなにしろほめ上手で、子どもたちは見事にやる気になっています。（広島県／クローバー）●30代のイケメン先生はルックスがママに大受け。遊びも子ども目線でとにかく人気！（埼玉県／あんたいママ）●30才は過ぎてるけどすごく美人の先生は、「パパたち」にいつも注目されています（笑）。（愛知県／じゅんどん）



子どもにインタビュー「先生ってどんな人？」

●やさしくてかわいいんだよ。（埼玉県／あーちゃんママ）●女らしくてかわいい先生。紙芝居を読んでくれるのがうれしいの。（富山県／うちは3兄弟）●すごーく大好きで、結婚したい人。（群馬県／K.K）●マルな先生。（神奈川県／コナ）●お弁当にポケモンかまぼこ入ってるよ。（福島県／ののっち）●やせるためにコアリズムがんばっているんだって。コアリズムってどんな食べ物？（埼玉県／ペンギン）●かわいい、大好き。わたしも幼稚園の先生になりたいなあ。（東京都／あゆ）●おもろいで。あっはっはーってよく笑う。（大阪府／S.M）●かわいくて、マンガが上手。（広島県／ポニョ）●○○先生は悪いことしたら怒るの。□□先生は怒らないよ。（北海道／タンタンママ）●先生と遊ぶのがおもしろい。おもしろい。楽しい。やっぱり。（兵庫県／えむえむ）



困った先生もいます

●怒るとすぐに手が出る先生がいた。クレームが多くて事務職になったがそれでも評判が悪い。（千葉県／きのこ）●子どもたちの名前を覚えられず、あいさつもできない先生がいた。4月に担任になって6月に副担任に降格、年度末で辞めてしまいました。（茨城県／うみとも）●体操の男の先生。妻子がありながら複数の先生と浮気。保護者ともホテルへ…。（静岡県／ひままさママ）●気の合うママさんと、嫌いなママグループの悪口を言っている先生。先生も人間だし感情はあるだろうけど、言葉にするっていうのは…。なんだかがっかり。（宮城県／ピンク姫）●困った先生というほどではないけれど、お弁当のおかずに冷食を入れるのを絶対禁止の先生がいる。チェックも厳しくてたいへん。（岡山県／こおま）



今月の掟



12月号のテーマは
「幼稚園」どうしよう



「幼稚園の先生」にまつわるおもしろ・ビックリ・?話

●初父母参観の日に先生のお母さまがいらしてビックリ。新任だったので心配で[illegible]にきたらしい。（茨城県／うみとも）●地元で先生になる方が多いが、同じ地元の同級生保護者ママと「○○ちゃーん」なんてあだなで呼び合っていてビックリした。（埼玉県／ぷにぞー）●近所に住んでいる先生にばったり会ったら、まさにギャルな姿で驚いた。娘は「先生かわいい～」と大喜びですが。（東京都／あゆ）●休みの日に先生に偶然会[illegible]てあいさつしたら、すごく不機嫌[illegible]に「あ?」と返された。（大分県／めりー）●ぽっちゃり系の先生が、卒園を前にダイエットを敢行。けっこうスリムに。やればできるんだなーと、私も見習ってダイエット中。（愛知県／花）●できちゃった結婚で急に担任をおりた先生がいた。園からはいっさい説明がなく後任を発表しただけ。クラスの保護者が怒りモードでクレームをつけたら、急遽説明会がひらかれました。（神奈川県／かりん）

 ☆次号コモ12月号は、10月31日（土）発売！ 売り切れないうちに本屋さんへGO!

hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

迷える母羊よ集え！　小学校ママ100人委員会のお知恵拝借

THE 小学校ママライフ 成功の掟（おきて） 第44回

モノがあふれるこの時代、子どもには「おこづかい」を通じてお金の使い方や大切さを学んでほしい。とはいえ実際は難しい…。ということで小学校ママ100人委員会のメンバーに「子どもとおこづかい」を赤裸々に語っていただきました！

イラスト／なかのたかし　まとめ／和田玲子



もう小学生だし、そろそろおこづかいってあげたほうがいいんでしょうか？　金額とかルールとか、どうしてます？

小学校ママ 100 人委員会のおこづかい状況はこう！

おこづかいはあげてません　52人



まだ１年生だし、必要なものは親が買うので。（東京都／だんご3兄弟ママ）

こんな感じ！●夫婦で「しっかりおこづかい帳が書けるようになってから」と決めています。必要なものは買っているので特に不満はないです。（長野県／里美／小１）●まだおこづかいをほしがらない。お友だちは「これだけ持ってる！」と話題にするらしいですが、気にならないみたいです。（滋賀県／はるちゃん／小２）●お年玉をたくさんいただいてしまうのでその中でやりくりしてます。（東京都／はち姫／小２）●まだお金の価値やありがたみを心得ていないと思うので渡せません。（北海道／田舎のママ／小３）●ほしいものは同居のおじいちゃん、おばあちゃんにおねだりして買ってもらっている。なのでこちらからはあげません。（神奈川県／サブリーヌ／小２、小４）

ここがちょっと●お金の価値をわかってもらうにはおこづかいをあげたほうがいいのかな、と思うこともあります。でも相場もわからないし様子見。（東京都／まいみお／小１）●どのタイミングでおこづかいをあげればいいのか、迷っています。（神奈川県／Hitomi／小１、小３）

毎月定額制です　22人



まわりのお友だちがおこづかいをもらい始めたので。（千葉県／はるるん／小３）

こんな感じ！●１年生になったのを機に月 500 円あげるようになりました。「ほしい」と言ったものをダラダラ与えていたときより自分で考えて使うようになったのでよかったと思います。（神奈川県／オレンジ／小１）●以前は「週末の玄関掃除１回につき 10 円」というのを導入していましたが、雑だったり、１度に２回やってその分もくれと言ってきたりしたのでやめました。今は「家の手伝いはやって当たり前」ということで学年 ×100 円をあげています。（神奈川県／あんぴい／小３）

ここがちょっと●お友だちと買い食いをよくするようになってしまった。（東京都／ヨッシー／小６）●ほしいものが重なると前借りをしようとする。がまんさせていますが。（栃木県／ハルカ／小１、小５）

必要なとき渡してます　15人

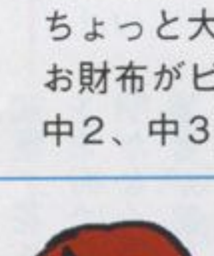


お菓子などを買うとき渡すくらい。おつりは回収します。（静岡県／ミッチ／小１）

こんな感じ！●お金をなくしたりすることが多く、先渡しするのはまだ危険、ということでほしいものがあるときに渡しています。ただし急にあれがほしいというのはだめで、事前の申請が必要です。（群馬県／うびちん／小２、小５）●お友だちと遊ぶときや、休日に買い物に行って好きなお菓子を買うときに渡しています。自分で考えて計算しながら使うので買い物の勉強ができていると思います。（岐阜県／MK／小２、小４）

ここがちょっと●回数の上限がないので、ひんぱんなときは額が大きくなる。（岐阜県／MK／小２、小４）●いくらあげたかわからなくなる。（東京都／チュン太郎／小３）●「ほしいものは言えば買ってもらえる」みたいになっているところ。（神奈川県／C.M／小３）●必要な額がちょっと大きいとき、それがきょうだいで重なると親のお財布がピンチになります。（奈良県／フラワー／小３、中２、中３）

お手伝い制であげてます　11人



決められたお手伝いを１カ月やりとげて300円です。（兵庫県／みゆみゆ／小２、小５）

こんな感じ！●お友だちがお風呂掃除でおこづかいをもらったと聞きつけ、やりたいと言い出したので。働いてお金を稼ぐという経験は悪くないと思っています。（神奈川県／あっこちゃん／小１）●食器洗いや布団敷き、上ばき洗い、新聞とり etc.…などのお手伝いをするとポイントがつき、その１カ月ぶんがそのままおこづかいになります。だいたい月に 200 ～ 300 円です。（埼玉県／みりママ／小１、小４）●お手伝い１回 10 円で、毎日渡します。まあ、渡すのを忘れても何も言わずお手伝いはしてくれます。（北海道／さるちゃん／小１）

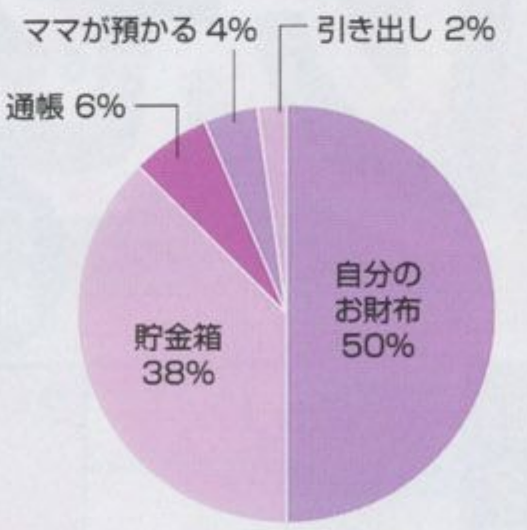
ここがちょっと●やる気にムラがあり、何もしないときはまったくナシになるところ。（大阪府／おは／小１）●お金ほしさにお手伝いしようとするときが。（福井県／まる／小１）

「おこづかい」小学校ママ100人委員会の実態はこう!

「おこづかい」スタートのキッカケは?

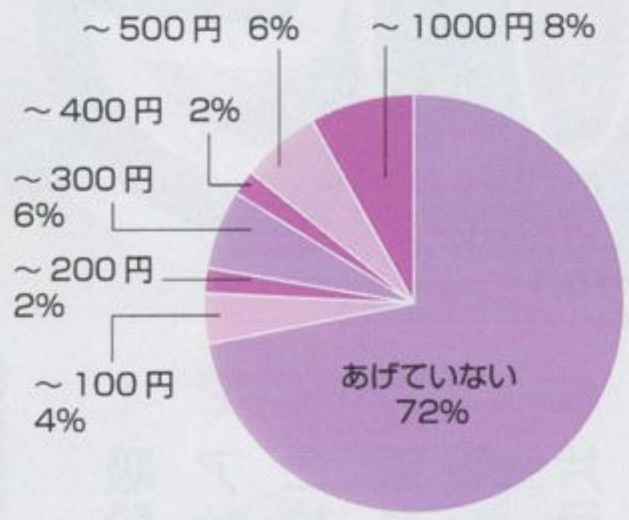
●必要なものは買うよと言っていたら、どんどん増えてたいへんなことになったので幼稚園の年少さんくらいであげ始めました。特にカードゲームを始めたのが大きいです。（青森県／nako／小1、小4）●近所のお祭りに子ども同士で出かけるようになった小1のときから必要なときに渡すようになりました。（宮城県／萩の月子／小3）●上の子が小1のとき、小さい子にもおこづかいをあげてお金の大切さを教えたほうがいい、とコモの企画で知ったので。額はお友だちとも話をして決めました。（富山県／ちゃちゃ／小2、小5）●お姉ちゃんが3年生でおこづかいをスタートしたとき、小1の下の娘にも、ということでお手伝いをした分だけ渡すことにしました。（東京都／三姉妹の母／小2、小5、中1）

「おこづかい」の保管場所は?



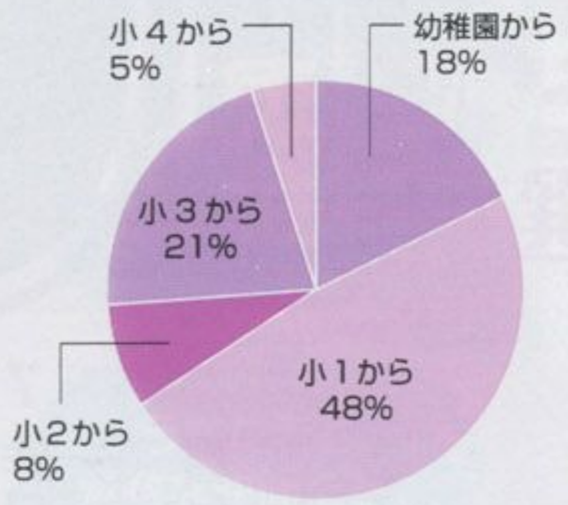
貯金箱に入れたり、お財布にしまったりと分散させている子が実は多いよう。しかし、おこづかいが「お手伝い制」の場合は貯金箱にためておくという子が圧倒的でした。

低学年なら月いくら?



小学校1〜2年の低学年のみを抽出した数字がこちら。全体平均は148円、「あげている」家庭のみの平均は509円。遊びに行くときなどに「そのつど渡す」場合は高額になる傾向。

「おこづかい」はいつから?



おこづかい「お手伝い制」は幼稚園〜小1くらいから、「定額制」は3年生くらいから始まることが多いようです。きょうだいは、上の子より下の子のほうがもらう学年が早い傾向。

「おこづかい」のルールは?

●お札はお母さんが管理。（秋田県／にょいにょい／小1）●お友だちと遊びに行くときはお財布に300円以上入れない。（栃木県／かんちゃんママ／小2）●基本的に親は使い道に口出ししないのですが、おこづかいは子ども部屋でなく居間に置く。貯金箱はATM型で、開くと大きな音がしてわかります。（富山県／ちゃちゃ／小2、小5）●ずばり、無駄づかいをしない。（神奈川県／あんぴぃ／小3）●正当な理由なしでお手伝いをさぼると20円引かれます。（埼玉県／ともママ／小3）●ゲームをやりすぎたらおこづかいが減る。実際はあまりないですが。（埼玉県／みーちゅ／小3）●お金の出入りを必ずおこづかい帳につけること。つけなかったら翌月のおこづかいはなしです。（千葉県／はるるん／小3）



子どもは「おこづかい」をどう使ってる?

●お手伝い制です。自分の財布にしまってときどき出してはながめています。（神奈川県／あっこちゃん／小1）●お手伝いをしてもらったお金は貯金箱に入れて喜んでいます。まだ金銭感覚がないのかも。（福井県／まる／小1）●私といっしょにお買い物に行くときにお財布を渡していますが、ちょこちょこと安いお菓子を買ったり、ガチャガチャなどをしています。（神奈川県／オレンジ／小1）●「勉強に使うお金」「自分に使うお金」「貯金」と3つに分けて管理してます。お菓子かノートを買うくらいなのでほとんど減りませんが。（埼玉県／みーちゅ／小3）●毎月もらう900円は月500円をマンガ、400円を貯金に。（岐阜県／ぱーる／小6）



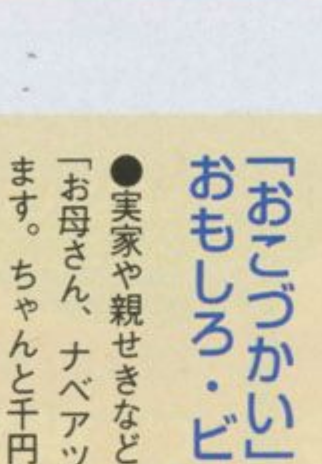
ところでお年玉ってどうしてる?

●毎年貯金。生まれてからずっとなのでけっこうたまってます。（岐阜県／ぱーる／小6）●ほしいおもちゃなどを1〜2万円くらい買って、残りは子ども名義で貯金しています。ある程度たまったらほしいものを買っていいと言ってありますが、思いきりが悪いのかたまるばかりです。（東京都／チュン太郎／小3）●いただいた額が、「多すぎるのであなたたちに渡すのはこれだけ。あとは貯金しておく」と子どもたちに伝えます。実際に子ども名義で貯金はしていますが、そのうち塾などに行きだしたら使っちゃうかも。（東京都／ペコリ／小1、小4）●基本的にそのまま子ども名義の口座に貯金していますが、引っ越しと入園入学が重なった3年前はだいぶ使ってしまいました。（東京都／くるりんぱ／小1、小4）



「おこづかい」トラブル、困り事は?

●お金をあまり大事に思ってないようで、財布をどこにでも置いてきてしまう。（大阪府／おは／小1）●お友だちに誘われてコンビニに行き、お菓子やカードゲームなどを買ってしまうこと。計画的に使ってほしいんですけど。（千葉県／はるるん／小3）●上の娘がお手伝いをしておこづかいをもらうと、幼稚園の下の子がズルイと言って泣く。（埼玉県／かひママ／小1）●大きいものがほしいとき、おこづかいをコツコツためるのでなく、「成績が上がったからDSのソフト買って!」というように別の方法で手に入れようとする。（東京都／いたさん／小3）●親が共働きで、おやつ用のお金を毎日もらっている友だちがいる。コンビニなどでほかの子におごったりすることもあるようで、「親が一生懸命働いたお金なのでそれはいけない」と話をしていますが…。（茨城県／ゴンベ／小4）●息子は集めたカードを売っておこづかいにしようとした。小学生からこれでいいのか?（栃木県／ハルカ／小5）





12月号のテーマは
「忘れ物」どうしよう



「おこづかい」にまつわるおもしろ・ビックリ・ウラ話

●実家や親せきなどでおこづかいをもらうと「お母さん、ナベアツ2枚もらったよ」と言います。ちゃんと千円札って言ってほしいです…。（東京都／まいみお）●自分のお財布に入っている2000〜3000円で何でも買えると思っている。先日私が「こんなのいいな〜」と家の広告を見ていたら「買ったろか?」と財布をもってきた。0が4つほど足りませんから!（大阪府／ふんが／小1）●祖父母の家にも息子の貯金箱があり、何もしなくても少しずつたまっていく。先日数えたら1万円近くになっていた。私にもほしい…（北海道／さるちゃん／小1）●いとこの家がおこづかい制と同時に罰金制も導入。しかし月末には罰金額がおこづかいを上回ってしまったとのこと。（岩手県／ゆちこ）●昔、私の母が家庭内アルバイト表を作り「洗濯物入れ30円」「買い物50円」「お風呂掃除50円」などを兄たちと奪い合ってやったものです。わが子は単価を100円にあげても動かないです。（奈良県／フラワー／小3、中2、中3）

hudie.com

これは懸賞サイト広告です

懸賞☆ハッピーDX

今すぐ! 携帯でアクセス!!



選で! 現金10万円プレゼント

応募締切 12月31日

1	2 (A)		■	3
4 (D)		■	5	(C)
■	6	7		
8	■	9	(B)	10
11				

こたえ→ A ☐ B ☐ C ☐ D ☐

□タテのカギ

1 吸殻は「○○皿」へ
2 アサリより小さい二枚貝
3 疲れると目の下に現れる動物
5 片目をつぶる合図
7 昨日→今日→○○
8 暑い時にかきます
10 コンダクターがすること

□ヨコのカギ

1 高い所へ上る時に必要
4 食いしん坊が張っている「喰い○○」
5 天高く○○肥ゆる秋
6 恋愛結婚か○○○結婚
9 淑女の相手
11 衣服などの洗い物をする家電

賞品

10万円 抽選で1名様

5万円 抽選で3名様

その場で当たる!! Wチャンス
ショッピングサイトで使える 商品券1万円分 抽選で500名様

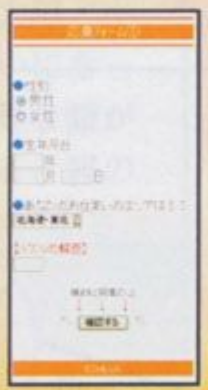
アクセス方法

下記URLもしくはQRコードから解答ページへジャンプ!!
http://zuma.jp
※PCからのアクセスは出来ません。

▶ 下記のラッキーナンバーを入力してね。
「1316」



▶ パズルのこたえを入力してね。



▶ 当選者にメールが届く! サイトでも当選者を発表! お楽しみに!!
当選はメールにて発表いたします!

今すぐ! 携帯でチャレンジ!! http://zuma.jp

※パケット通信料、通話料は別途必要です。当サービスをご利用の際はサイト内容をよく確認の上、アクセスをお願いいたします。当サービスのご利用で発生した問題、利用に関するお問い合わせは、出版社ではお答え出来ません。カスタマーセンター又は右記までお問い合わせ下さい。又、公序良俗に反するメッセージは削除する場合がございます。お預かりした個人情報は厳重に管理いたします。ご応募には会員登録が必要となり、メールマガジンや広告付きショッピングサイトの案内、ゲームや懸賞サイトのお知らせなどが届きます。ご了承ください。

利用に関するお問合わせ

株式会社ヒラックス
住所:〒164-0011 東京都中野区中央2-30-9
TEL:0570-010-088 info@hilux.co.jp
(土日、祝、祭日を除く平日10時～17時まで)

PR







うさたまと
素敵な仲間たち、
ケーキ&パン、野菜、
くるまなど小物の
作り方も紹介。

うさたまを作ろう!



うさぎのような　たまごのような
ふわふわ♥かわいい「うさたま」と楽しく遊ぼう。

いま大人気の「羊毛フェルト」手芸のかわいい入門書ができました。
ふわふわの羊毛のかたまりを針でちくちく刺していくだけで、
ころんとしたシルエットがかわいい「うさたま」の出来上がり!
初心者さんでも簡単に作れる、くわしいプロセス写真つき。



はじめての羊毛フェルト

はっとりみどり　●定価:1050円(税込み) 978-4-07-266938-4

蝴蝶网
hudie.com

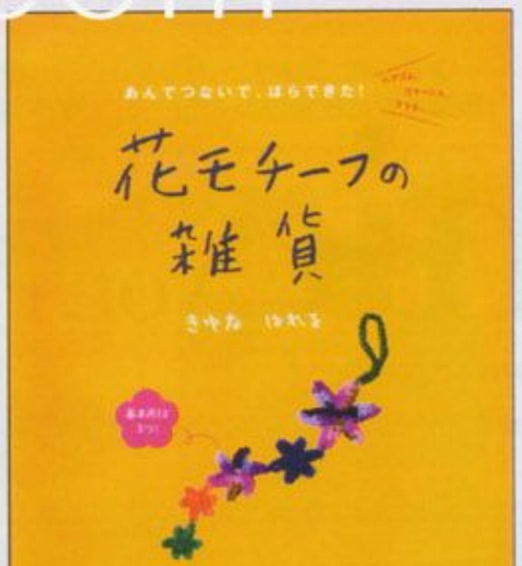


かぎ針あみ&棒針あみの マフラーと帽子

はじめてあむ。ぜったいあめる。

針の持ち方もわからない、という人でも
安心の超入門書。かわいい小物をあみながら、
手あみの基本をマスターできます。大人用を
キッズサイズにアレンジする方法も掲載。

●定価:890円(税込み) 978-4-07-268027-8



花モチーフの雑貨

あんでつないで、ほらできた!

モチーフあみ初心者さんにもおすすめ!
3つの基本形をベースに、すぐにできる
ヘアゴムやストラップ、ストールなど
おしゃれな憧れアイテムまで紹介。

きゆなはれる　●定価:1100円(税込み) 978-4-07-266790-3



978-4-07-267772-8

978-4-07-267789-6

大人気ケータイ小説に待望の続編が登場!

携帯彼女

<上><下>

『携帯彼氏』の不気味な死のループは、まだ続いていた・・・!!
前作を上まわる衝撃の事実と新たな謎がいま明らかになる!

kagen　●定価:各1050円(税込み)



待望の映画化!
主演:川島海荷
携帯彼氏
10月24日(土)より
全国ロードショー

「コワイけどハマる」と人気の
サスペンス・ラブストーリー!

携帯彼氏

〈上巻〉978-4-07-261025-1
〈下巻〉978-4-07-261031-2
kagen
●定価:各1050円(税込み)

主婦の友社
http://www.shufunotomo.co.jp

■主婦の友社コールセンター
書店様ご注文・お問い合わせ ☎049-259-1122／書店ご不便の際の読者様窓口 ☎049-259-1236
★書名コード(ISBN)を付記しました。ご注文等にご利用ください。

蝴蝶网
hudie.com



New!

主婦の友 新実用 BOOKS Housing

最新版 はじめての 家づくり 基本レッスン

後悔しない家づくり、住みよい家づくりのすべてがわかる!

各工程とポイントごとの必要経費がわかる家づくりカレンダー、失敗しない土地選び・依頼先選び、ライフスタイルに合わせた住みやすい間取りのポイント、資金計画&住宅ローン活用法など、家づくりに欠かせない情報を網羅した入門書です。

●定価:1470円(税込み) 978-4-07-268270-8



雑誌「PLUS1 LIVING」から生まれた美しい暮らしとリフォームの情報誌

自分の好きなものを集めながら「Bon Chic～趣味のいい～」な暮らしを楽しむ人たちのインテリア、花柄やレースを使った大人かわいいスタイルなどこだわりのインテリア実例を紹介。

大人ロマンチックなインテリアアイテム メールオーダーできます

［ボンシック］BonChic VOL.1

●定価:1380円(税込み) 978-4-07-267967-8

ローコストでも大満足の家が建てられる!

憧れのマイホームをローコストで実現した30代ファミリーの成功ストーリー、建築プロデュース会社と作った家、エコノミー&エコロジー内装材の選び方まで限られた予算で家を建てるヒントが満載。



はじめての家づくり No.14

1000万円台で建てた家 成功ストーリー

●定価:1580円(税込み) 978-4-07-267980-7

週末ちょこっとずつ…

kakoさんの すっきり、心地いい 暮らしの作り方

1000万アクセスの大人気インテリアブログが待望の本になりました!

妻であり、母であり、フルタイムで働く会社員でもあるkakoさんが、週末に少しずつ、試行錯誤と工夫を重ねて作り上げた「心地いい空間」&「好きな物」。センスのいいシンプルナチュラルインテリアのアイディアとヒントがいっぱいです。

kako ●定価:1200円(税込み) 978-4-07-267364-5



主婦の友社
http://www.shufunotomo.co.jp

■主婦の友社コールセンター
書店様ご注文・お問い合わせ ☎049-259-1122／書店ご不便の際の読者様窓口 ☎049-259-1236
★書名コード(ISBN)を付記しました。ご注文等にご利用ください。

おいしい！ 楽しい！ 使いやすい！

暮らしの【正解】シリーズ

お手ごろ価格の食材で
簡単にできる204レシピ



節約レシピの正解
●定価：1029円 978-4-07-266650-0

パパッとつまみを作る
調理のポイント満載！



旨いつまみの正解
●定価：1029円 978-4-07-266672-2

朝ラクラク作れ、栄養にも
配慮したおべんとう



おべんとう作りの正解
●定価：1029円 978-4-07-268174-9

低カロリーで食べごたえも
十分なおいしいおかず



太らないおかずの正解
●定価：1029円 978-4-07-268033-9

家族みんなのおべんとう

通園・通学・通勤と、家族の
おべんとうが1冊で完成



365日おべんとう百科
●定価：1470円 978-4-07-259554-1

20分で3品同時進行！
味も彩りも栄養も◎



朝ラク！おべんとう 305レシピ
●定価：893円 978-4-07-236292-1

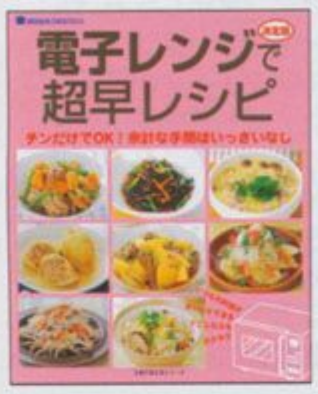
人気キャラべんや見た目が
かわいいカンタンべんとう



ママラクチン♪幼稚園べんとう
●定価：924円 978-4-07-265477-4

調理器具活用BOOKS

チンするだけのレシピ集
簡単なのにすごくおいしい



電子レンジで超早レシピ
●定価：1000円 978-4-07-253675-9

炊飯器をおかず作りにも
利用するための1冊



炊飯器でおいしいレシピ
●定価：1000円 978-4-07-246853-1

炊飯器を使って作る
定番でおいしいおかず



炊飯器で定番おかず
●定価：1000円 978-4-07-257182-8

フードプロセッサーを
ふだんのごはんに大活用



フードプロセッサーでらくらくレシピ
●定価：1260円 978-4-07-247864-6

煮込みも保存食も玄米も
圧力なべならラクラク！



圧力なべで簡単おかず
●定価：1000円 978-4-07-262757-0

知っ得MOOK

格安食材で満足度◎の
レシピが200以上も！



食費が減らせるおかず 220レシピ
●定価：600円 978-4-07-260882-1

これ1冊で理想的に
スリムになれる献立集



やせるおかず いまどきレシピ288
●定価：600円 978-4-07-256998-6

わくわくレシピシリーズ

安い！早い！おいしい！
三拍子そろったおかずだけ



0円・50円・100円 めちゃうま節約おかず302
●定価：550円 978-4-07-238546-3

人気献立のカロリーダウン
テクなどの知恵がぎっしり



やせる！100円レシピ300
●定価：550円 978-4-07-255869-0

お買い得な890円シリーズ

何度も作って得意おかずに
したいレシピを集めて



くり返し作りたいおかず 決定版レシピ300
●定価：890円 978-4-07-242358-5

人気シリーズ第2弾！
頼りになるレシピ集です



くり返し作りたいおかず2 お役立ちレシピ305
●定価：890円 978-4-07-249314-4

パッとできて、おいしく
安い100円おかずを厳選！



人気の100円おかず431
●定価：890円 978-4-07-247580-5

特売品でもメチャウマ
おかずに！一家に1冊！



おいしい！100円おかず便利帳
●定価：890円 978-4-07-240862-9

野菜中心に材料を
使いきってムダなし！



使いっきりムダなしおかず便利帳
●定価：890円 978-4-07-261456-3

どれも「決定版」の料理書

『主婦の友』誌で人気の
高かったレシピを厳選！



主婦の友 毎日のおかずレシピBEST[illegible]
●定価：1500円 978-4-07-2[illegible]1947-6

野菜調理のすべてが
これでわかる必読版！



365日 野菜のおかず百科
●定価：14[illegible]円 97[illegible]50814-5

いつもの野菜の持ち味を
生かしたおかずを提案



いつも買う野菜がおいしいおかず
●定価：8[illegible]円 978-[illegible]-07-266293-9

安くてヘルシー、注目の
お助け食材をとことん活用！



いつも買う もやし・卵・とうふがおいしいおかず
●定価：890円 978-4-07-267507-6

日本の伝統的な漬け物から
洋・中の保存食まで



梅干し 漬け物 保存食
●定価：1100円 978-4-07-240678-6

だれでもわかりやすく
手軽に飾り巻きずしが！



いちばんわかりやすい！飾り巻きずしの作り方
●定価：1260円 978-4-07-258477-4

フリージング＆解凍の知恵
お役立ちレシピも充実！



冷凍保存で節約おかず
●定価：840円 978-4-07-260340-6

主婦の友社 www.shufunotomo.co.jp

★表示の定価にはすべて消費税（5%）が含まれています。★書名コード（ISBN）を付記しました。ご注文等にご利用ください。

■主婦の友社コールセンター 書店様ご注文・お問い合わせ☎049-259-1122 ／ 書店ご不便の際の読者様窓口☎049-259-1236

ヘルシーでおいしいきのこの季節です♪



家族の健康を考えるなら、『**ホクトのきのこ**』がオススメ。コリコリの歯ごたえで人気のエリンギには、コレステロールを抑え、脂肪肝を予防する効果が。ブナシメジは抗腫瘍性や抗酸化性という性質をもち、忙しいパパに特に食べさせたいきのこです。また、ひと株マイタケは徹底した品質管理を行っているので、水洗いなしで安心して食べられるので、ごはん作りがラクラク。お鍋に、炒め物に、ぜひ活躍させてください！　詳しくは**ホクトお客様相談室**☎026-254-5333

アンチエイジングの権威が老いのしくみを解説

P 5名



平均引退年齢29才という厳しいプロ野球界で、40才を越えても数々の記録を打ち出し、現役で大活躍している「アニキ」こと阪神タイガースの金本知憲選手。その体作りをサポートする医師が、若さの秘密と老いの仕組みを優しく解説してくれる『**なぜ、あの人はいくつになっても若いのか**』（吉川敏一著・1,365円／家の光協会刊）この本を5名にプレゼントします。ご応募は㊋「家の光」係まで。詳しくは**家の光協会**☎03-3266-9029へ

ディーゼル キッズから25周年記念限定アイテムが登場！

1984年に誕生して以来、多くのキッズたちをとりこにしてきた「**ディーゼル キッズ**」は、今年で25周年。そのアニバーサリーアイテムが10月1日から発売！　ボーイズとガールズそれぞれに向けたデニム（KIDS：20,790円、JUNIOR：22,890円）とTシャツ（KIDS：8,925円、JUNIOR：9,345円）は、どれも数量限定。デザインの随所にDIESELのDNAがちりばめられています。詳しくは**DIESEL KIDS イクスピアリ**☎047-316-5105



Present プレゼント

ください。本文中断りのないものはすべて10月30日当日消印有効です。応募者多数の場合
01-8911 東京都千代田区神田駿河台2-9　主婦の友社コモ編集部「〇〇〇」係までどうぞ。

バラの香りに包まれ優雅なバスタイムを

P 5名



バラの中でも最高品質といわれる「ダマスクローズ」。その花びら3.5kgからわずか1g程度しかとれない、天然由来のローズオイルを香料中に使用した石けん『**花王ホワイト ローズアロマ**』（写真は石けん78g×2個＋ソープディッシュ／1,575円）がデパートのギフトサロンにて発売。芳醇なバラの香りがリッチなバスタイムを演出。今回は石けん1個（非売品）を5名にプレゼント。㊋「花王」係まで。詳しくは**花王消費者相談室**☎03-5630-5110

お鍋の具材にもう一品簡単「鶏だんご作り」



鶏ミンチと水を加えてまぜるだけ、どんなお鍋にもよく合う鶏だんごが手軽に作れちゃう『**鶏だんご作り**』と『**鶏だんご作りゆず風味**』が新登場！　ボールに材料を入れ、スプーンでまぜるだけなので、手を汚すことなく簡単に鶏だんごが作れます。にんじんとねぎの彩り野菜も入ったふっくらジューシーな鶏だんごは、どんな味のお鍋とも相性バツグンです！　お問い合わせ先 **日本食研ホールディングス**☎0120-917-181

行楽シーズンに向けてパパをオシャレにかっこよく！

クロコダイルでは、秋の行楽シーズンに向けて『**2009 秋のお父さん改造講座〈トラベルキャンペーン〉**』を開催します（10月3日～18日）。期間中、対象の店頭やオンラインショップでクロコダイル商品を5,000円（税込み）以上お買い上げのかたに、旅行にピッタリなクロコダイル商品や、陶芸体験ツアーを抽選で進呈。この機会にぜひお店へ！　詳しくは**ヤマトインターナショナル**☎03-5493-5659



入浴中＋入浴後に行う2つのスペシャルケア

P 5名

イオナから「クリームパック」と「ローションマスク」がセットになった『**イオナ うるおいWケア キット**』が登場。入浴中の本格的なイオンクリームパックにより有効成分を吸収しやすくなった肌に、入浴後のローションマスクでたっぷりのうるおいを導入。長時間ハリのある肌に導きます。今回はこちらを5名にプレゼント。応募は㊋「イオナ」係まで。詳しくは**イオナ インターナショナル株式会社** お客様相談室📞0120-107-999



車でのおでかけにピッタリのエースのバッグ



今年はETC割引制度を利用した車での行楽が大ブーム。そんなシーンにピッタリのエースのカジュアルバッグをお買い上げのかたにうれしい『**エース 秋のおでかけグッズプレゼントキャンペーン**』（11月5日まで）を実施中！期間中、エース製対象カジュアルバッグを2,000円（税込み）以上お買い上げのかたから抽選で、デジカメなどの人気アイテムを合計350名様にプレゼントします。詳しくは**エース**　http://www.ace.jp　☎03-5843-0606

かわいい！キャラクターコンテストのお弁当



この秋、味の素食品では『**冷凍食品で作ろう！キャラクターのお弁当コンテスト**』を実施中（2009年9月1日～10月31日まで）。味の素冷凍食品の「えび寄せフライ」「プリプリのエビシューマイ」「たれがけ豚竜田」のいずれかを使ったキャラクターのお弁当を大募集しちゃいます！ママたち自慢のオリジナリティあふれるキャラクターのお弁当写真を、どしどし応募してみて。応募はホームページ内の専用フォームから！　www.ffa.ajinomoto.com

乾燥しやすい目元にハリを与える美容クリーム

ファンケルの無添加の目元専用美容クリーム『**ファンケル アイセラム**』（8g／1本1,785円、2本3,360円）がリニューアルしました。2つのセラミドからなるエモリエントシール成分により、目元のバリア機能を高めるとともに、浸透型ヒアルロン酸による即効保湿、アイモイスチャライザーによるうるおい保持を実現！　乾燥しやすく、シワになりやすい目元の肌対策にオススメです。詳しくは**ファンケル**📞0120-35-2222



1カ月集中ケアで髪も地肌も健康に!

P 15名



P&Gから髪だけでなく地肌にも効果的な1カ月集中ケアができる**「h&s ヘッドスパ 集中ケアキット」**が発売されました。地肌ストレスを防ぐ高純度アクアミネラルと、髪をいたわるトリートメント成分を高配合。天然ミント配合で爽快な使い心地もうれしい! 1週間に2回使用で1カ月使える8本セットです。今回はこちらの製品を15名にプレゼントします。㊢「P&G」係まで。詳しくは**P&Gお客様相談室**☎0120-021327

「自分を大切に」の思いをピンクリボンに込めて



エスティ ローダー株式会社がとり組む**『ピンクリボン キャンペーン』**は、今年で17年目を迎えます。ピンクリボンは、ひとりでも多くの女性に、乳がんの早期発見の重要性を伝え、意識と知識を高める社会貢献活動のしるし。エスティ ローダー㈱では、支援製品の売り上げの一部を乳がんにかかわる支援団体に寄付しています(支援製品取り扱いは全国百貨店化粧品売り場で10月31日まで)。詳しくは〈PC〉www.bcap.jp〈mobile〉www.bcap.jp/m/☎03-5251-3386

アンラシーネ&ザジがユニクロ銀座店にオープン!!



10月2日、ユニクロ銀座店の3Fに、Comoでも大人気の**アンラシーネ**と**ザジ**がオープンします! オープン記念として、上記2ブランドのアイテムを含む5,000円(税込み)以上をお買い上げの先着2,000名に、オリジナルきらきらベアチャームを、また10月10日からは、アンラシーネのふわもこルームウエアを購入された先着200名にモールニットのシュシュを、プレゼントします。詳しくは**CABINカスタマーセンター**📠0120-684-753

大人の女性の肌にハリと自信を



新しく生まれ変わった『**ドルティア**』は、大人の女性の肌をより上質に導くエイジングケアシリーズ。すぐれた浸透力で乾かない肌作りを追求するだけでなく、ひとりひとりの肌に合ったカウンセリングを店頭で提案します。ラインナップは高保湿化粧水「**ハイドロサーバー**」(140ml／4,410円)、高保湿乳液「**ハイドロサーバーエマルジョン**」(100ml／5,250円)など。どちらも肌質に合わせて3タイプから選べます。詳しくは**カネボウ化粧品**📠0120-518-520

ハヤリもの先取りチェック 新製品情報

P マークにはプレゼントがあります。

希望のかたは、ハガキに「今月のコモでおもしろかった記事3つ」「住所、氏名、年齢、電話番号」
は抽選となります。当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。あて先が㊢の

5つのテーマにちなんだ『こころのことば』を大募集

今年で誕生35周年を迎えるハローキティ。そのアニバーサリーキャンペーン「**HELLO KITTY COLORS**」にちなんで、世界を明るくきれいに塗りかえていくような『**こころのことば**』を5カラーズ、5つのテーマで募集します。「ありがとう」「すきです」「またね」「がんばれ」「ごめんなさい」の中からひとつを選び、関連するメッセージやエピソードを書いて、インターネット、携帯、郵便でご応募ください。詳しくはhttp://kitty35.com



©1976, 2009 SANRIO CO.,LTD.

キッズルームつきのJILLSTUARTがオープン

この秋、ルミネ北千住店に『**HOUSE of JILLSTUART**』がオープンしました。店内には小さい子どもを連れたママにうれしいキッズルームが設けられていて、親子で楽しい時間が過ごせます! オープンを記念して、JILLSTUART NEWYORKの商品を5,250円(税込み)以上お買い上げのお客様に、オリジナルノベルティのプレゼントが。数量限定なので、お早めに! 詳しくは**JILLSTUART NEWYORK**☎03-5467-9937



国内唯一のブレイクダンス世界大会が開催!



2007年にスタートしたブレイクダンス世界大会『**ダンス★ダイナマイトワールドグランプリ**』が、昨年に引き続き今年も名古屋・栄オアシス21「銀河の広場」で開催されます。日時は10月31日(土) 午前9時～午後8時。現在「B-BOYダンスバトル」「キッズ・ストリートダンス・コンテスト」の出場ダンスチームを募集中! 詳しくはHP http://www.ddwgp.comをチェックして(10月5日必着)。詳しくは**ダンス★ダイナマイトWGP事務局**☎052-962-6900

シューラルーからオリジナル猫グッズがデビュー!



「アーリーアメリカン」をキーワードに、ママと子どもに向けたアイテムを展開するセレクトショップ『**シューラルー**』から、オリジナルキャラクターの猫「うぃちゃん & のんちゃん」グッズが発売されました。第一弾は写真のタンブラーなど。「旬」アイテムがぎっしり詰まった店内に、ぜひ足を運んでみて! 現在お得な情報をいち早くお届けする、ホームメンバー登録キャンペーンを実施中。詳しくはhttp://shoolarue.p **ワールド プレスインフォメーション**☎03-5117-2711

オーガニックの恵みを肌にも

P 5名



STYX社はオーストリアのナチュラルコスメブランド。ハーブを使った体にやさしく安全なケアアイテムは、世界中で愛用されています。『**オーガニック シアボディバター**』(200ml／2,730円)は、すぐれた保湿力とビタミンやミネラルを含むシアバターやホホバ油などの天然オイルを配合。自然の恵みが肌をたっぷりうるおし、シルクのようになめらかな肌を実現します。今回はこの商品を5名に。応募は㊢「マーナー」係まで。詳しくは**マーナーコスメチックス**📠0120-55-3760

お鍋だけじゃない! 炒めて食べるマロニー

P 10名



「マロニーで食べよう」シリーズから新ラインナップとして、和風味の「**焼マロニーすき焼き炒め**」と「**焼マロニー味噌炒め**」(各263円)が発売! プリプリとした食感がおなじみの「マロニー」は、お鍋に入れるのはもちろん炒めて食べてもおいしい! ボリュームがあるのに低カロリーなので、ダイエットにもおすすめです。今回はこちらをセットで10名に。応募は㊢「マロニー」係まで。詳しくは**マロニー株式会社お客様相談室**☎06-6381-6679 http://www.malony.co.jp/

hudie.com

このページや、この雑誌(付録を含む)の他のページに掲載されているプレゼントや資料請求で、主婦の友社があて先となっている場合、応募されたかたの氏名・住所などの個人情報がその商品の企業、扱い広告会社、発送委託会社等に渡ることがあります。個人情報の取り扱いについては厳重に管理いたしますが、あらかじめご了承ください。また、応募要項でお示しし、許諾いただいている使用目的以外で個人データを使用することはありません。

ベビ☆コン

キッズ部門7月

グランプリ＆入賞者発表！

全国のママから届いた
キッズ写真をじっくりセレクト！
見事グランプリに選ばれたのは
おしゃれBoyの海璃くん！
キュートな笑顔にメロメロです！
みんなの投票で
グランプリが決定します。
ぜひ投稿してね。



グランプリ

蝴蝶网 hudie.com

海璃（かいり）くん／3才
今年から幼稚園に入りました
超ママっこの三才児です。
いつも、ママを気にしてくれます。
車に乗ると、大好きな曲を聞いて、
大声で歌っています でも、聞こえた通りに
歌うので、意味不明なかえ歌みたいに
なっている…… 聞いてる私が
笑っちゃいます。すぐドジをする海璃ですが、
いつも笑わせてくれる陽気な息子です

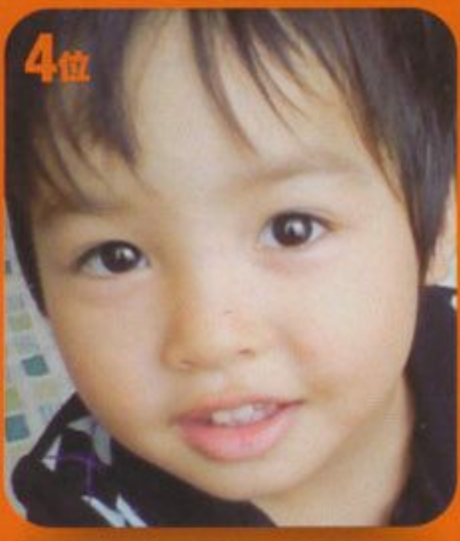


準グランプリ

りずむちゃん／3才
おしゃべり大好きなりずむは何でも興味津々☆
動物が大好きで毎日遊んでます♥

6位


5位


4位


3位


10位


9位


8位


7位


3位 陽菜（ひなた）ちゃん／6才
年長さんになりました。二人の弟の面倒をよく見てくれる
優しいお姉ちゃんです。お手伝いも大好きで掃除からお料理まで
何でもこなす小さいママです。「お母さんいつもありがとう」
「ごはんおいしかったよ。ごちそうさま」「お母さん大変だね。
がんばって!だいすき!」などなどよくお手紙を書いてくれます。
優しい気づかいにいつも励まされています。

4位 遙斗（はると）くん／3才
今月で3才になりました(o^-^o) 外だと照れ屋でお友達に
話し掛けるのも、恥ずかしいのに、家だとお調子者です(≧▽≦)ゞ

5位 耀（よう）くん／3才
ちょっぴり照れ屋さんです☆ 元気いっぱい大きくなってね。

6位 樹秀（きしゅう）くん／2才
よろしくお願いします。

7位 麻那（まな）ちゃん／5才
美容室に行くのが大好き♥
髪をキレイにしてもらってご機嫌なところをパチリ。

8位 優杏（ゆあん）ちゃん／2才
最近とってもおしゃべりが上手になってきた2才の女の子です！
バァバやパパと携帯電話でお話しするのが大好きです。
いつもおもちゃの電話で練習してます。これからもいっぱい
お話聞かせてね〜！

9位 惺也（せいや）くん／3才
女の子に間違えられることもあるプリティBOY♥
でも遊びや行動は、とっても男らしいです！

10位 詩桜（しおん）ちゃん／4才
七夕のお願い事に「じじがハッピーでいられますように☆」と
書いた詩桜。そんな優しいあなたがママは大好きです。

目指せ！ Como デビュー

さらに…
※応募された方は全員、コモの読者モデルとしてエントリーされます。今後、コモの撮影に参加するチャンスもあります！
（撮影をお願いする場合は、あらためて編集部よりご連絡いたします）

子どもの写真を
携帯電話から
送るだけで
応募できます。
→
みんなの投票で
グランプリが
決定！
ぜひ投稿してね。
→
グランプリに選ばれると、
お好きな写真を
Comoに
掲載いたします！

応募はこちら♥

QRコード →

プレベビコモ

Pre-Baby-Como

会員3万人突破!

公式携帯サイトに今すぐアクセス!

蝴蝶网
hudie.com

ママと、キッズと、家族みんながハッピーになる!
情報満載の公式モバイルサイト「Pre-Baby-Como」。
おべんとうレシピや病院検索、新しいお役立ち情報が毎日更新されています。
会員になって、お得情報をキャッチして。

ハロウィーンバージョンが登場!

キュートなハロウィーンデコメが追加されたよ!

ぜ〜んぶ無料だよ



無料でもらえるフレームもハロウィーン仕様。
かわいく仮装した写真を入れちゃおう。





今すぐサイトから応募してね!

http://prebabycomo.edia.ne.jp/

QRコードから空メールを送信してね。



Comoオリジナルデニムジャケット
(サイズM、L)

タテ落ちのデニム地が作り出す女性らしいシルエットのダブル前のPジャケット。
適度な長さの丈、こだわりの生地、定番カラーは季節を問わず大活躍。

12,600円のところ
→7,560円(税込)



クロコダイルレディス×Comoチェックシャツワンピース(サイズM)

起毛感のあるチェックの生地はブラック×ホワイト×ブルーの落ち着いた色みの組み合わせ。厚手で質の良い生地を使用しているので、ふんわりあたたかく、肌ざわりもGood。そでは七分丈だから1枚で着ても、重ねてもオシャレな着こなしに。

10,395円のところ
→6,825円(税込)



3can4on×Comoベロアワンピース
(茶/サイズM、L)

光沢感のあるベロアにクシュッとランダムなシワを入れ、カジュアルなムードに仕上げたワンピース。
フェミニンなAラインのティアードシルエットがおなかやヒップをふんわりカバー、控えめなパフスリーブが二の腕をほっそり見せてくれます。タートルやパンツを合わせて、人気のレイヤードも楽しんで。

4,690円のところ
→3,150円(税込)

プレベビマーケット

ママの秋のおしゃれを応援!
お得なプライスで今すぐGETしよう。



ショルダーバッグ
(オレンジ、カーキ、ベージュ)

シンプルながらも持ち手にリングを使うなど、人気のポイントをしっかり押さえたタイプ。
レザー調の合皮で高級感があるので、カチッとしたシーンでも活躍します。
両側にマグネット止めの大きなポケットがついて、大容量なのに使いやすさもバツグン。お買い得なこのときにぜひ。

4,935円のところ
→2,625円(税込)

ご注文はこちらから♥QRコード

※商品は一例になります

コモモデルのブログもCheck!



高村千歳のワクワク♪もぐもぐ日記
山田さとみの「空のこと 毎日のこと。」
中津千穂のマイノート☆☆
神崎 恵の幸せのみつけかた☆
里井 彩の"I wanna be a Supermom!!"

ママの毎日が笑顔になるPre-Baby-Comoモバイルに!

PCサイトもコンテンツを続々更新中!

http://www.prebabycomo.com

Como年間定期購読の会

「Comoプレミアクラブ」に入りませんか？

Como年間定期購読の会





蝴蝶网
hudie.com

いつもComoをご愛読いただきまして、本当にありがとうございます！
そんなみなさまへ、とびきりのNEWS！
毎日をいきいきと過ごすママたちのために「Comoプレミアクラブ」が発足しました。
この機会にComo年間定期購読の会＝「Comoプレミアクラブ」に入会すると、
素敵なプレゼントがもらえるのはもちろん、
毎回参加希望者がすごく多くて倍率が高いComoのイベントや
Comoママ大学へ ご優待したり、お誕生日カードが届いたりなどなど、お得な特典が満載！

♥

また忙しくてなかなか書店にいけなかったり、
うっかり発売日を忘れたりしてComoを買い逃したりする心配もありません！
それに！ 特別定価のときも、定期購読にお申し込みの方だけは追加料金がありませんので、その分とってもお得なのです。

♥

Comoは、あなたの毎日が笑顔で幸せでありますように、といつも応援しています。
これからのママライフも、Comoといっしょに輝いていきませんか？

（※Comoプレミアクラブは、1年コース、2年コースと年間で定期購読をお申し込みをいただいた方だけへのサービスです。
6カ月の定期購読をお申し込みの方は入会することはできませんのでご了承ください。またお誕生日カードは、お誕生日をお知らせいただいた方のみにお贈りいたします。）

Comoプレミアクラブの特典

- 特別定価のときも「追加料金」はいただきませんので、とてもお得です
- 毎月確実にComoをお手元にお届けします
- Comoママ大学やComoのイベントにご優待します（内容は随時本誌にて発表します。）
- お誕生日カードをお届けします
- 入会記念の素敵なプレゼントをお届けします

※プレゼントの商品は変更になる場合があります。



2年間コース

ご入会の方全員にプレゼント。

ビッグサイズ キャンバス地エコトート

何かと重いモノを入れがちのエコトートバッグ。こんなキャンバス地のしっかりバッグなら、Comoはもちろん、ギューとお買い物の荷物を詰め込んでもだいじょうぶ！ マチもたっぷり、ファスナーつきです！
30×38×マチ14×持ち手45cm。



1年間コース

ご入会の方全員にプレゼント。

マイエコ箸＆ちりめん箸袋セット

いまやお出かけの際にバッグにひそませるのが常識となったマイ箸。女性らしいピンクの柄つきのマイ箸と、ソフトで使い心地抜群のちりめん箸袋をセットにしてお届けします。いまどきのほんのり和テイストがとってもおしゃれ。

※上記のプレゼントは、1年コース、2年コースの年間定期購読をお申し込みの方だけに限らせていただきます。 ※いままで定期購読をお申し込みいただいていて、引き続き年間定期購読をお申し込みの方にも、プレゼント商品をさし上げます。

蝴蝶网 hudie.com

Como プレミアクラブ

年間定期購読へのお申し込みは、こちらへどうぞ。





1年間コース

定価
650円×12回＝7,800円
★右ページにご紹介の「マイエコ箸＆ちりめん箸袋セット」をもれなくプレゼント！

2年間コース

定価
650円×24回＝15,600円
★右ページにご紹介の「ビッグサイズ・キャンバス地エコトート」をもれなくプレゼント！

お試し 6カ月コース

定価
650円×6回＝3,900円
★こちらはプレゼントはございません。

♥お支払い方法

●最初に送本させていただく号に「代金送金用振込取扱票」を同封します。お近くの郵便局かコンビニより購読料金をご送金ください（贈り物の場合は、お申し込みの方に振込取扱票をお送りいたします）

●定期購読へのお申し込みは原則として、キャンセルできませんのであらかじめご了承ください。なお、定期購読料金は変更される場合があります（「Como」最新号をご確認ください）。

♥お申し込みはこちらでどうぞ！

※ご希望月号の発売日（コモは原則として1日発売です）の2週間前までにお申込みください。
それを過ぎますと、翌月号からのお申込みとなります。

●ハガキで♪

左の申込書に必要事項をご記入のうえ、ハガキの裏に貼ってください。郵送途中ではがれないようにしっかりとのりづけしてください。

（表面）〒354-8505 埼玉県入間郡三芳町みよし台13-10
主婦の友社コールセンター

●FAXで♪

左の申込書に必要事項をご記入のうえ、下記にFAXしてください。

0120-91-9966（24時間受付中！）

●電話で♪

主婦の友社コールセンター

☎**049-259-1236**

営業時間 月～金 9：30～17：30（土曜・日曜・祝日は休み）

●ホームページで♪

ホームページでも、定期購読のご注文ができます。
★通信欄に「お誕生日」「お子さんの年令・性別」「趣味」「お仕事」「Comoのアンケートにご協力／可・不可」をお書き添えください。

http://teiki.jp ※ケータイには対応しておりません。

※ご登録いただいた個人情報に関しては、主婦の友社の定期刊行物、特典等の発送目的以外に使用することはありません。
※地域により2～3日到着が遅れることがございます。あらかじめご了承ください。

✂ キリトリ線

Como 定期購読申込書

お申込み月日 （　　年　　月　　日）

希望開始月号 （　　年　　月号）

※ご希望月号の発売日（コモは原則として1日発売。12月号は10月31日発売です）の2週間前までにお申込みください。それを過ぎますと、翌月号からのお申込みとなります。

購読期間 □1年コース □2年コース □6カ月

（フリガナ）
●お名前

●ご住所 〒

●電話番号 （　　）

贈り物にご利用の場合のお申込者氏名
（お届け先は上記の欄にご記入のかたになります。あなた様からの贈り物である旨、ご案内いたします）

（フリガナ）
お申込み者氏名

ご住所 〒

電話番号 （　　）

【アンケート】

●お誕生日 （　　年　　月　　日）

●お子さんの年令・性別
（　才・男　女）（　才・男　女）（　才・男　女）（　才・男　女）

●趣味 （　　）

●お仕事 （　　・□していない）

●Comoのアンケートにご協力 □可能 □不可能

キリトリ線 ✂

いつまでも「きれいなママ」って言われたい!

Como［コモ］12月号は 10月31日(土)発売!

● 内容は一部変更になることがあります。ご了承ください。

冬のファッション&ビューティーSPECIAL♥
毎年大好評のおやつカレンダーもついてます!

Comoモデルとプロが選んだ 旬の秋冬ウエアGRAND PRIX!

今年の冬は+αのナチュラルスタイル

おいしくってあったまる!
YOMEちゃんの
ごちそうスープ&シチュー

持ち寄りパーティーにも大活躍!
人が集まるときの
スナック&おつまみレシピ

コモママ世代の
「とっておきクリスマス絵本」

Como Bazaarオープン!
おうちにいながら、
お気に入りグッズが買える!

こんな時代だからこそ知りたいことがある
佐々木正美先生と考える
「子育て世代の心の処方箋」

LOVE♥LOVE♥♥FILE. 相葉雅紀さん

ほっこりルームウエアでリラックス

話題の タイツ レギンス トレンカ ソックス カタログ
足元で遊ぼう!足元をみせよう!

1年間ママのお仕事、お疲れさまでした!
自分にごほうび!ジュエリー&アクセ

眉のカリスマ・尾花けい子さんがレクチャー
「いまどき眉」にチャレンジ

たった5分で完成
小顔&美人度3割増の簡単ヘアアレンジ

神崎 恵さんと選んだ
ママにおすすめクリスマスコフレ

ウエストにくびれを作る
スパインウェーブエクササイズ

特別付録
ママ、毎日おいしいの、おねがいっ!
Yumyum おやつカレンダー2010

蝴蝶网
hudie.com

大事な大腸、だからザ・ガード。

私たちの大腸は、食生活の欧米化やストレス・加齢などによって内部環境が悪化してきますと、さまざまなトラブルを発生するようになります。

- ☑お腹が張る
- ☑便が決まった時間に出ない
- ☑便が硬かったり軟らかかったり

このような症状に気づいたら、ザ・ガードコーワをのんでください。

大腸の状態が正常に近づいていきます。

Kowa
興和株式會社 興和新薬株式會社
東京都中央区日本橋本町3-4-14



ザ・ガード コーワ 整腸錠

●効能／整腸(便通を整える)、軟便、便秘、胃部・腹部膨満感、消化不良など

OTC医薬品 〔製品情報〕http://www.the-guard.jp/または ザ・ガード 検索

本製品のお問合せ：興和(株)お客様相談センター(Tel.03-3279-7755 受付時間 9:00～17:00 土・日・祝日は除く)

ZG-907

2009 MONTHLY
vol.19

i'm lovin' it

あんしんカタログ

今月は、

「ハッピーセット」

私たちのこだわりをご紹介します。



Happy Set
(Sweet Corn)

ハッピーセット（スイートコーン）
に関するさまざまな情報を、
あなたの携帯で。

トイセーフティ（強度テスト）

Toy Safety

噛んでも割れない、
という安心。

安全なおもちゃであるためには、あらゆる状況に備えていなければなりません。口に入れて噛んでしまった時のことを想定した強度テストがその好例。子どもの歯形を使って、おもちゃに人為的な圧力をかける。壊れて割れることがないか、強度を厳しく検査しているのです。





噛むのは仕方ありません。
元気な証拠ですから。

糖度計

Refractometer

熟度を厳しくチェック。
決して甘くありません。

マクドナルドが選んだコーンは、甘くておいしいスーパースイート種。指定農場で栽培し、収穫後は糖度計を使用してコーンの熟度をチェックしています。そしてコーン本来の甘さを活かした味付けにしてお届けしています。収穫から加工まで24時間以内という鮮度へのこだわりも特長です。





かたい部分は
人の目で丹念に
チェックしています。



お子さまたちも
食べられる、
野菜のメニューです。

http://www.mcdonalds.co.jp/anshin
まだまだあるマクドナルドの品質情報。こちらでごらんになってみてください。

hudie.com

笑顔のために、
ひとつひとつ。

チャリティー

お店に来られない子どもたちにも、ハッピーを。

マクドナルドが支援する「ドナルド・マクドナルド・ハウス」は、
病気の子どもとその家族が近くにいられるように、
病院のすぐそばに建てられた滞在施設。世界30カ国288カ所、
国内には6カ所あります。（2009年7月現在）



詳細はこちらをご覧下さい ▸ http://www.dmhcj.or.jp/

雑誌13801-11
特別定価680円 本体648円
4910138011198
00648
©Shufunotomo Co.,LTD.2009 Printed in Japan
印刷／凸版印刷株式会社

487
アイテムが
買えます!!

ファッション　生活雑貨　料理グッズ　and more!

秋のお買い物メールオーダーBook



CONTENTS

❶ P1～24
この秋、注目の
ファッションアイテム

❷ P25～29
GOODセンスな
生活雑貨

❸ P30～33
親子でお料理グッズ

❹ P34～36
ママレスキュー
アイテムほか

Como 2009年11月号特別付録

コモモデル発!! 秋オシャレ座談会☆緊急開催

秋本番。コモモデルたちは、どんなお洋服に注目しているの？ オシャレなママならではの本音を語ってもらいました。



〈中〉★チュニック 6,195円(P15-5) ★ボーダータートルカットソー 5,880円(P8-1) デニムカーゴパンツ 9,765円／ドゥファミリィ原宿本店 パンプス 12,390円／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店)

〈左〉★ロングパーカ 6,195円(P15-4) ニットワンピース 6,200円／PJ(ピーチ・ジョン) タイツ 2,310円／レプシィムローリーズファーム(ポイント) パンプス 7,245円／NUOVO(ABC-MART)

〈右〉★シャツワンピース 9,345円(P13-5) フリルカットソー 8,820円／ADIEU TRISTESSE デニムパンツ 1,990円／nissen,STYLE(ニッセン) バレエシューズ 16,700円／ファビオ ルスコーニ(ユニバーサルランゲージ渋谷店)

蝴蝶网 hudie.com

着回しも、トレンドもプライスも、欲張るのがママ●

有江(以下・有)：最近、涼しい風が吹くようになってきたけど、みんな、秋の真っ先買い服、なにか見つけた？

小田(以下・小)：この季節になると、あったかそうな素材に、ついつい目がいくよね。

山口(以下・山)：わかる、わかる。私はね、この秋は、**ツイードに注目してるんだ。上品そうな素材だから、きちんと感が出せるし、アイテムやデザインによっては、カジュアルにも着こなせそう。**

小：そうそう、家計を握るママとしては、自分の好みだけじゃなく、着回せるっていうのが条件になってくるよね。

山：もちろん！ 賢く着回してこそ、コモママ！

有：でも、着回せるからといって、オシャレじゃないのって、絶対にガマンできない(笑)。

山：うん、納得。そういう有江さんは今、どんなお洋服に注目しているの？

有：これから運動会とか親睦会とかで、アウトドアなおつきあいも増えるから、**パーカは必須かなって思ってるんだ。着心地がよくって、着こなしの幅が広がるダブルジップのシンプルなタイプ。**

小：オシャレしつつ、活動的に動けるっていうのがママには求められるもんね。私は、**やわらか素材のスキニーを狙ってるんだ。すっきり見えて、なおかつ走れる！**

山：前から狙ってたんだけど、今年、**大本命に出会えたキルティングコートを購入する予定。軽いし、汚れもサッと落とせそうだし。**これって、子どもがいるママには、ぴったりのアイテムだと思うな。

有：私もアウターは、1枚ですむタイプが大好き。子どもとのお出かけって、なんだかんだ荷物が増えるから。その点、**ニットチュニックはトレンドだし、女性らしい可愛らしさが出せるな〜って。**今、おねだり作戦を考え中(笑)。

小：ファッションってね、ママにとっては女性らしさも忘れたくないポイントでしょ。私は、**シャツワンピースで、女性らしさも着回しも欲張っちゃうつもりなんだ。**ワンピースとして1枚で着ることもできるし、肌寒い日には羽織りものとしても活躍してくれる、おりこうアイテムだよ。

山：でも、あれこれ欲しくなってくると、どうしても予算オーバーしちゃうのが悩ましい。

有：ショッピングは、ママ友とたくさんお店を見て回るけど、買うときは通販がいいんだよ〜。そうすれば、冷静になれて、無駄なお買い物をしなくてすむ！

小：衝動買いほど後悔することってないもんね。確かに通販だと、やっぱりこれは使える！ というお洋服を納得して買える。メリットは大きいかも。

山：それに、値段がリーズナブルなところも通販の魅力だよね。ママ友とのお買い物で、見栄を張る必要もないし(笑)。

有：じゃ、この秋も、賢くオシャレをしちゃおうね！

表紙〜P5までのスタッフ 撮影／羽田 徹(biswa.)、菱谷理恵
スタイリング／山本あきこ ヘア&メイク／椎津 恵(CLIP)
イラスト／佐々木邦之 モデル／有江真弓、小田志津香、山口裕子(以上コモモデル) 取材・文／TOKYOドーナツ
撮影協力／EASE
●掲載協力店リストは本誌179ページにあります。

表紙〈右〉★コート 18,900円(P12-2) ★ボーダーワンピース 6,195円(P14-2) ニットタイツ 1,990円／nissen,STYLE(ニッセン) ネックレス 1,995円／179/WG(ニコル) バッグ 5,145円／SAC ロングブーツ 27,825円／Fin 〈左〉★ニットボレロ 9,345円(P12-1) ★レースワンピース 7,245円(P14-3) ★タートルカットソー 5,040円(P8-1) デニムパンツ 13,000円／ユナイテッド・カラーズ・オブ・ベネトン(ベネトン ジャパン) ニット帽 3,400円／マイハニービー(ピーチ・ジョン) ネックレス 7,140円／ADIEU TRISTESSE バッグ 4,095円／179/WG(ニコル) パンプス 13,545円／Fin

P1〜5のアイテム名の前に、★がついた商品は通販購入が可能です。商品名直後（ ）内のページをご覧ください。

蝴蝶网

コモデル さん *Select*

座談会で判明！

今すぐ欲しい服 ターゲットLIST6

コモモデルがラブコールを送る秋服をご案内♪
着こなしの幅を広げてくれるおりこうアイテムは、
今ならどれも通販が可能です!!

1

はき心地らくちん♪なのに
スマートに見える！

ニットスキニー



レギンスよりも厚手生地のスキニーだから、カジュアルシーンはもちろん、お出かけにも活躍！ ★ニットスキニー 7,245円(P11-2)

2



ナチュラルフェミニンな
着こなしに威力を発揮！

シャツワンピ

麻の質感がナチュラルな1枚。フルオープンタイプだから、羽織りものとしてもOKです。★シャツワンピース 7,245円(P14-1)

2005 コモモデル 有江 真弓さん *Select*

3

ストレッチがほどよく効いた
美シルエットが自慢です

シンプルパーカ



肌なじみがいい素材に、合わせやすい色。どちらからも開くWジップで、着こなしも自在。★ダブルジップパーカ 7,560円(P9-3)

4



すとんと着れば、ぽっこりおなかも、むっちりおしりも隠せるし、おしゃれだって欲ばれます。★ニットチュニック 9,345円(P13-3)

可愛い見た目で
簡単に体形カバーが可能

ニットチュニック

2008 コモモデル 山口 裕子さん *Select*

5



軽くてあたたかいコートは
長く愛せるトラッド派の大本命

キルティングコート

飽きのこないベーシックカラー。軽い着心地で、肌寒い秋から冬まで大活躍する1枚。★キルティングコート 33,600円(P7-1)

6



腰のハリをカバーするタック入り＆ウエストゴムで楽ちん。きちんと感のある素材も◎。★ツイードショートパンツ 8,295円(P10-1)

お出かけのきちんと感も
カジュアルなオシャレ感も兼備

ツイードショーパン

服☆着回しSHOW

コモモデルたちのご指名服をフル回転させて、秋の着回し実例をご紹介します。
あらゆるシーンに映えるスター★アイテムの魅力を再確認してください。



トレンド小物を投入で芸術の秋スタイル♪

●ニットカーディガン 6,195円／179/WG(ニコル) リブタートルネック 5,145円／ROXY(クイックシルバー・ジャパン) ベレー帽 3,675円／ラグエル渋谷パルコパート3店 バッグ 8,190円／カカトゥ(アンビリオン) ロングブーツ 30,450円／cuccia(コラボレーション)



メリハリシルエットでスタイル美人が完成!!

●ロングニットカーディガン 9,870円／congés payés ADIEU TRISTESSE ボーダーカットソー3,045円／next(next表参道店) ネックレス 3,900円／ユナイテッド・カラーズ・オブ・ベネトン(ベネトン ジャパン) ニットマフラー 3,990円／レプシィムローリーズファーム(ポイント) バッグ 24,150円／TREASURE TOPKAPI(クリケット) ブーツ 19,740円／Fin



縦ライン強調のすっきり着こなしにマスト！

レギンスよりも秋はスキニーが気分。●ニットワンピース 3,045円、ネックレス 1,995円／以上next(next 表参道店) マフラー 8,295円／cuccia(コラボレーション) バッグ 3,990円／カシュカシュ(アンビリオン) パンプス 15,225円／ダイアナ ウェルフィット(ダイアナ 銀座本店)

1をぐるぐる着回し!!



★ニットスキニー 7,245円(P11-2)



カジュアルDAYに投入してこなれ感UP

★ナイロンバッグ 13,650円(P19-4) ●ロゴTシャツ 3,900円／ユナイテッド・カラーズ・オブ・ベネトン(ベネトン ジャパン) ニットベスト 10,500円／HUMAN WOMAN パンツ 5,985円／レプシィムローリーズファーム(ポイント) ニット帽 5,775円／TREASURE TOPKAPI(クリケット) パンプス 14,700円／Fin



アウトドアシーンは元気なママに変身

デニムとパーカは相思相愛！●ボーダーニット 3,990円／グローバルワーク(ポイント) デニムパンツ 12,600円／HUMAN WOMAN ベレー帽 3,675円／ヘッドスター バッグ 5,145円／nino by Via Demizon(ルックイン) ブーツ 7,140円／レプシィムローリーズファーム (ポイント)

甘いコーディネートはパーカで大人の引き算

肌寒い日の温度調節にはもちろん、甘口コーデのバランスをとるのにもパーカは大活躍。さらりと羽織るだけで、好感度のあるスタイルに仕上がります。●ワンピース 12,600円／MELROSE claire バッグ 5,985円／SAC ブーツ 36,750円／HIPS(サン・トロペ コーポレーション)



3をぐるぐる着回し!!



★ダブルジップパーカ 7,560円(P9-3)



子どもと一緒に遊べる動きやすさが魅力です

ルーズになりがちなカジュアルスタイルも、トラッドコートで大人顔。●ニット 3,045円／next(next 表参道店) デニムショートパンツ 7,245円／179/WG(ニコル) バッグ 3,990円／nissen,STYLE(ニッセン) ブーツ5,145円／VANS(ABC-MART) タイツ／スタイリスト私物

デニムスタイルをコート1枚で格上げ

普段着だって即トラッドに。●ボーダータートル 5,040円、バッグ 2,940円／以上ドゥファミリィ原宿本店 デニムパンツ 12,000円／ユナイテッド・カラーズ・オブ・ベネトン(ベネトン ジャパン) ニットキャップ 7,[illegible]／HUMAN WOMAN ブーツ [illegible]195円／NUOVO(ABC-MART)



ワンピにサラリONしてママ友とお出かけ

アーガイル柄ワンピと合わせて、ブリティッシュガールな着こなしに。●アーガイルニットワンピース(ストールつき) 3,990円、ニットタイツ 1,990円／以上nissen,STYLE(ニッセン) バッグ 8,295円／ラバーソウルサック(ビバ・サーカス) ブーツ 26,250円／HUMAN WOMAN



5をぐるぐる着回し!!



★キルティングコート 33,600円(P7-1)

P1～50のアイテム名の前に★がついた商品は通販購入が可能です。商品名直後（ ）内のページをご覧ください。

蝴蝶网 hudie.com

お出かけが楽しくなる!! まっ先買い

2をぐるぐる着回し!!



★シャツワンピース 7,245円(P14-1)



活動的コーデ+ワンピで女らしさをひとさじ

●チュニック 4,900円/ユナイテッド・カラーズ・オブ・ベネトン(ベネトン ジャパン) デニムパンツ 8,295円/レプシィムローリーズファーム(ポイント) ニット帽、ストール各2,520円/以上カシュネ(アンビリオン) バッグ 3,465円/SAC パンプス 13,440円/Fin



ナチュラルカラーで心までリラックス

同系色のワンピースを重ね着して、ロングカーデのように羽織ればナチュラル感たっぷり。秋のほっこりスタイル。●ワンピース 16,800円/ADIEU TRISTESSE レギンス 6,195円/cuccia(コラボレーション) バッグ 3,990円/カシュカシュ(アンビリオン) ブーツ 19,425円/Fin



お出かけのときはロングカーデがわりに使って

●フリルニット 6,800円/Gap原宿 フリルスカート 13,900円/ユニバーサルランゲージ渋谷店 ベルト 2,625円/179/WG(ニコル) ベレー帽 3,675円/ラグエル渋谷パルコパート3店 バッグ 5,145円/SAC パンプス 6,195円/デア ディア(デア ディア渋谷店)

4をぐるぐる着回し!!



★ニットチュニック 9,345円(P13-3)



フリルスカート投入で大人の可愛らしさ演出!

●タートルカットソー 2,625円/179/WG(ニコル) ティアードスカート 13,600円/ユニバーサルランゲージ渋谷店 ネックレス 5,250円/HUMAN WOMAN バッグ 6,195円/SAC パンプス 13,440円/ダイアナ(ダイアナ 銀座本店) タイツ/スタイリスト私物



デニムを合わせれば秋のお散歩コーデ完成

可愛らしいコーディネートはもちろん、デニムを合わせたボーイッシュなスタイルもチュニックなら簡単。★タートルカットソー 5,040円(P8-1) ●デニムパンツ 7,980円/MELROSE claire バッグ 9,240円 カカトゥ(アンビリオン) パンプス 7,245円/NUOVO(ABC-MART)



愛されスタイルはニットチュニックの真骨頂

ワンピースのアウターとしてチュニックをON。たちまちガーリースタイルに。●シャツワンピース 9,870円/congés payés ADIEU TRISTESSE ニット帽 3,990円/ヘッドスター バッグ 7,980円/SAC ブーツ 26,040円/ダイアナ(ダイアナ 銀座本店) レギンス/スタイリスト私物

6をぐるぐる着回し!!



★ツイードショートパンツ 8,295円(P10-1)



カジュアルとトラッドの好バランスに注目です

●レザージャケット 9,345円/next(next 表参道店) ニット 6,900円、マフラー 5,800円/以上ユナイテッド・カラーズ・オブ・ベネトン(ベネトン ジャパン) バッグ 7,140円/カシュカシュ(アンビリオン) ブーツ 29,190円/ダイアナ ウェルフィット(ダイアナ 銀座本店)



相性抜群のボーダー秋マリンを楽しんで

質感のあるツイードで、マリンスタイルも秋風味に。●ボーダートップス 6,930円/HUMAN WOMAN リブタートル 8,295円、ベレー帽 7,245円/以上cuccia(コラボレーション) バッグ4,830円/レプシィムローリーズファーム(ポイント) ブーツ26,250円/MELROSE claire



光沢トップスでおめかし今日はパパとデート♪

ドレッシーなスタイルも、守備範囲の広いツイードだからOK。●サテンチュニック 14,900円/ユニバーサルランゲージ渋谷店 ネックレス 3,990円/MELROSE claire バッグ 3,990円/カシュカシュ(アンビリオン) パンプス 10,500円/unity(モーダ・クレア) タイツ/スタイリスト私物

蝴蝶网



誌上MAIL ORDER

秋のおしゃれ 全部買えます

デイリーのおしゃれに活躍するお洋服から、おうちの中を楽しくする雑貨まで、コモオススメの使える！アイテムが大集合
ママの毎日をもっと素敵にしちゃいます。

蝴蝶网
hudie.com

Comoイチ押し！この秋注目の5大活躍アイテム

おしゃれが楽しい秋本番！今回、秋冬の着回しに大活躍間違いなしのアイテムをCOMO編集部が厳選しました。売れ切れ必至なので、お早めにゲットしてくださいね♪



1 オリーブ

着ぶくれしないすっきりシルエットの
01 キルティングコート



1 キャメル

気軽にサッとはおれて、デイリー使いに重宝するショート丈。絶妙な中綿のボリュームで、保温性と軽やかな着心地を両立させています。お尻が隠れるちょっと長めの丈なので、暖かさも十分。スリムに見せる縦長のひし形キルティングに加え、すっきりとしたシルエットと仕立てのよさで、カジュアルながら品よく着られる希少な一枚です。



両裾にサイドベンツ入りで、動きやすさも考慮



着脱の楽なスナップボタン式。ロゴの刻印入りで高級感をプラス



左胸の裏側にはポケットつき。携帯電話や鍵などを入れるのに便利

❶L'Atelier d'Ariane
キルティングコート（ショート）
¥32,000（税込¥33,600）
オリーブ　NO.58-007-01
キャメル　NO.58-007-02
素材／（表地）ポリエステル100%（弱撥水加エタフタ）、（裏地）ポリエステル100%、（中綿）ポリエステル100%、（パイピング）綿100%。サイズ／肩幅39cm・B98cm・袖丈63cm・身丈69cm。前スナップボタン開き。ポケット／両脇・左胸裏各1個。フランス製。手洗い。

カジュアルな素材ながら、クラス感漂う上品なロング丈デザインとマットな質感が魅力。保温性と着用感のバランスにこだわった中綿のボリュームで、とっても暖かいのに、もたつき感がなくふわりと軽やかな着心地です。すっきりシルエット×少し縦長にとったひし型のキルティングが、着たときのラインをスリムに演出。デイリーにもきちんとした外出にも対応でき、しっかりとした作り＆弱撥水加工で、少々の雨もラフな扱いもOK。一枚は持っていたい、長くつきあえる優秀コートです。



ボタンはすべてブランドロゴ入りで、おしゃれ感とクラス感を演出



袖口内側もキルティングが施されているので、折り返しての着用もOK

2



ベージュ



オリーブ

❷L'Atelier d'Ariane
キルティングコート（ロング）
¥36,000（税込¥37,800）
ネイビー　NO.58-007-03
オリーブ　NO.58-007-04
ベージュ　NO.58-007-05
素材／（表地）ポリエステル100%（弱撥水加エタフタ）、（裏地）ポリエステル100%、（中綿）ポリエステル100%、（パイピング）綿100%。サイズ／肩幅39cm・B102cm・袖丈64cm・身丈99cm。前ボタン開き。ポケット／両脇各1個。フランス製。手洗い。

L'Atelier d'Ariane

本格的な乗馬ブランドを展開する一方、ヨーロッパの有名メゾンブランドの生産も手掛ける、由緒あるフランスの名門ファクトリー「アトリエ・ダリアンヌ」。アトリエの熟練職人が一枚一枚丁寧に仕上げていく製品の品質、機能性、さらにデザインは最高基準を誇り、高い評価を得ています。



少し縦長にとった特徴的なひし形キルティングが、着た感をすっきりみせる秘密。緻密で正確なステッチは丈夫でほころびにくく、中綿が飛び出してくる心配もありません。少々の雨にも対応する弱撥水加工仕上げ

蝴蝶网 hudie.com

定番こそ質のよさで差をつける 02
極上カットソー



蝴蝶网
hudie.com

「とろんとした上質な着心地と、計算されたシルエットバランスで、一度着たら手放せない！」とリピーターさんが続出しているというタートルネック。ブランドオリジナルの生地は、体にフィットするのに締めつけ感がなく、洗濯に強くてシワにもなりにくい、とまさに理想のカットソーを作るために開発されたもの。シルキーで深みのある美しいカラーバリエーションに、今年注目のボーダー柄も揃えました。ヘビロテ間違いなしの定番アイテムなので、色違いでそろえておくと必ず重宝します。

1



❶PAS DE LION
タートルネックカットソー
［無地］￥4,800（税込￥5,040）

ディープグリーン NO.58-008-01
ダークイエロー NO.58-008-02
シルバー NO.58-008-03
チャコールグレー NO.58-008-04
こげ茶グレー NO.58-008-05
ローズマリー NO.58-008-06

［ボーダー］￥5,600（税込￥5,880）

太グレー×チャコールグレー NO.58-008-07
細シロ×コンクリート NO.58-008-08

素材／ポリエステル 62%・レーヨン 33%・ポリウレタン 5%（天竺）、サイズ／ B84cm・身丈 56cm。韓国製。洗たく機。

「パドゥリオン」オリジナル天竺を使った大判ストール。ほどよいボリュームで、くるりと巻いたりサッと肩にかけたりと、寒さ対策はもちろん、着こなしのポイントにも大活躍。とろんと上質な肌ざわりのカットソー素材なので、オールシーズン使え、さらに洗濯機 OK のイージーケアも見逃せません。

2





❷PAS DE LION ストール
￥3,900（税込￥4,095）

ワイルドピンク NO.58-008-09
クロ NO.58-008-10
ペールカーキ NO.58-008-11

素材／ポリエステル 62%・レーヨン 33%・ポリウレタン 5%（天竺）。サイズ／タテ 60cm ×ヨコ 185cm。韓国製。洗たく機。



3 シルバー ＋ 4 こげ茶グレー×ピンクベージュ



こげ茶グレー

グレー

3

薄手でほどよいフィット感のパーカーは、サラリとはおっても一枚で着てもサマになる重宝アイテム。どんなボトムともバランスがとりやすい丈と、スタイリングの幅を広げるダブルジップで、コーデに大活躍。旬のフーデッドを上品に着こなせます。

❸PAS DE LION
ダブルジップパーカー
￥7,200(税込￥7,560)

シルバー　NO.58-009-01
こげ茶グレー　NO.58-009-02
グレー　NO.58-009-03

素材／ポリエステル62%・レーヨン33%・ポリウレタン5%（天竺）。サイズ／B82cm・身丈56.5cm。前ファスナー開き。ポケット／両脇各1個。韓国製。洗たく機。
※ダブルジップのご使用方法については、必ず説明タグでご確認ください。



クロ×チャコールグレー

こげ茶グレー×ピンクベージュ

4

ほどよいドレープがきれいな、着まわし度抜群のAラインスカート。生地の伸縮を生かしたウエストは、締めつけ感がなくリラックス度満点。きりかえを折り返したりクシュッとさせたり、丈やウエストサイズを調節できます。配色も絶妙で、チラリと見せればセンスのよい重ね着風に。裏地つきなので下着のラインや静電気も気になりません。

❹étendue ツートーンスカート
￥8,800(税込￥9,240)

こげ茶グレー×ピンクベージュ　NO.58-009-04
クロ×チャコールグレー　NO.58-009-05

素材／ポリエステル62%・レーヨン33%・ポリウレタン5%（天竺）、（裏地）ポリエステル100%。サイズ／W68cm・H96cm・スカート丈69cm。裏地つき。韓国製。洗たく機。



PAS DE LION　étendue

ブランドオリジナル開発のカットソー素材が、"サラリとしなやか、体にフィットするのに締めつけ感がない"と大好評の「パドゥリオン」とそのデザインライン「エタンデュ」。どのアイテムも、リラックスできる着心地のよさに加え、洗濯機で洗っても型崩れや色あせしにくく、シワにもなりにくい簡単ケア、とまさに理想的。女性の体を美しく見せる計算されたシルエットパターンで、一度着たら手放せません。





蝴蝶网
hudie.com



1ショート（ニット P13 ❸チャコール・カットソー P8 ❶ダークイエロー）



1ハーフ（カットソー P8 ❶細ボロ×コンクリート）

03 この着まわし力はまさにデニム級！

美バランスパンツ

丈とシルエットにこだわった美バランスのツイードパンツは、毎日のコーディネイトに大活躍間違いなしの自信作。ハーフ丈は、合わせるトップスも靴も選ばず、キレイめにもはける万能デザイン。今年らしいショート丈は、ウエストのタックや少し絞った裾で、体型をカバーしながら大人っぽくはけるシルエットに仕上げました。どちらもウエスト後ろゴム＆ストレッチの効いた生地ではき心地も抜群です。



1

ショート　ハーフ



トップスの色を選ばない、杢調ブラックのツイード地。表情のある生地感で体のラインもカバー



深めの股上で、しゃがんでも下着が見えない安心デザイン。上めにつけたフラップポケットで脚長＆小尻効果も（ショート、ハーフ共通）



ママにもトライしやすいやや長めの丈に設定。裾を少し絞ったふんわりシルエットが、脚を細く見せてくれます（ショート）



裾にかけて自然に広がるAラインシルエットで、脚がほっそり美しく見えます（ハーフ）

❶オリジナル ストレッチツイードパンツ
￥7,900（税込￥8,295）
[ショート] M NO.58-010-01
L NO.58-010-02
[ハーフ] M NO.58-010-03
L NO.58-010-04
素材／（表地）ウール70%・ポリエステル22%・レーヨン4%・その他3%・ポリウレタン1%（ウールツイードストレッチ）、（裏地）ポリエステル100%。色／ブラック。サイズ／（M）W71cm・H92cm・パンツ丈（ショート）42cm、（ハーフ）54cm・股下丈（ショート）18cm、（ハーフ）30cm、（L）W77cm・H98cm・パンツ丈（ショート）45cm、（ハーフ）57cm・股下丈（ショート）20cm、（ハーフ）32cm。ウエスト後ろゴム。前ファスナー・かぎホック開き。ベルト通しつき。ポケット／両脇各1・後ろ2個。中国製。手洗い。

蝴蝶网 hudie.com



一度履いたらやめられない！見た目もグッドな

04 デニムニットスキニー

はき心地抜群、ツイルニットのスキニーパンツ。タイトなデニムの締めつけやゴワつきが苦手という方も、チュニックやワンピースに合わせて、旬のスタイルをリラックスした着心地で楽しめます。しっかり厚手で畝のある生地感がレッグラインを、デザインポイントの大きなポケットがヒップや太もものラインもすっきりカバー。



しっかりと厚手できちんと感のあるツイルニット。綾織のざっくりとした畝がデニム感を演出。伸縮性があるので動きやすさも抜群！







凝ったディテールの大きめポケットつきで、短め丈のトップスと合わせてもかわいく履けます

❷オリジナル
ツイルニットスキニーパンツ
¥6,900(税込¥7,245)
NO.58-011-01
素材／綿 75%・ナイロン 12%・ポリエステル 11%・ポリウレタン 2%（ツイルニット）。色／ネイビー。サイズ／ W85cm・H88cm・パンツ丈 98cm・股下丈 76cm。ウエスト総ゴム。ベルト通しつき。ポケット／両脇各 1・後ろ 2 個。中国製。洗たく機。

歩きやすくて脚スラリ☆一足は押さえたい

05 プレーンウェッジ

tutti

リアルライフ＆グッドライフをコンセプトに、旬のテイストをとり入れた上質な靴を製作している「トゥッティ」。コストパフォーマンスの高さも秀逸な、注目ブランドです。

落ち着いたカラーときれいなフォルムで、どんなスタイルにも重宝するウェッジパンプス。カーブをつけてほっそりとさせたウェッジソールは、見ためにも美しく、安定感もばっちり。履き口ゴム入り＆クッション性のあるインソールで歩きやすく快適な履き心地です。

❸tutti ウェッジパンプス
22～24.5cm……**¥9,500(税込¥9,975)**
商品番号は巻末のシューズ商品番号一覧をご覧ください。
材質／（甲）合皮、（底）合成ゴム。色／ダークブルー・グレー・レッド・ブラック。サイズ／ 22.0 ～ 24.5cm（0.5cm きざみ）。ヒール高／約 5.5cm。ワイズ／ 2E 相当。片足重量／約 180g（23cm）。日本製。

3



蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网

体型カバーもおまかせ！
今年顔のふんわりニットボレロ

人気のドルマンスリーブ＆ゆるシルエットで楽しむニットボレロ。デニム、スカート、ワンピ、チュニックと合わせるものを選ばず、サッとはおるだけでバランスよく決まる重宝アイテムです。短めの袖は重ね着もかわいく決まり、二の腕カバーにもひと役。子どもと一緒のときや家事の際に、邪魔にならないのもうれしいポイントです。軽くて暖かさも十分、リラックスできる着心地も魅力。



手編み風の編み柄がやさしい雰囲気





❶ニットボレロ
¥8,900(税込¥9,345)
パープル　NO.58-012-01
ベージュ　NO.58-012-02
素材／アクリル 50%・ウール 50%（5 ゲージニット）。サイズ／ B95cm・身丈 68cm。前ボタン開き。中国製。手洗い。

デイリーづかいにちょうどいい
ナチュ可愛スタイル

この秋は、リラックスできる大人ナチュラルが旬な気分。ほどよいゆる感が可愛くて、さらに体型カバーもできちゃいます。どれもたっぷり着回せる優秀アイテムばかり。



着まわしやすいすっきりデザイン
気負わずはおれる大活躍コート

比翼仕立てでボタンを隠したシンプルなデザインと、スカートにもパンツにも合わせやすいミドル丈のコートは、デイリーに大活躍。内側に薄く中綿を入れたキルティング仕様＆ヒップまで隠れる丈で、もこもこしないすっきり感と暖かさを両立させました。後ろにはスリットを入れ、動きやすさも考慮。





内側は薄中綿入りのキルティング仕様で、暖かく軽い着心地

❷オリジナル フーデッドコート
¥18,000(税込¥18,900)
NO.58-012-03
素材／（表地）ウール 52%・ポリエステル 30%・アクリル 8%・レーヨン 6%・ナイロン 4%（メルトン）、（裏地）ポリエステル 100%、（中綿）ポリエステル 100%。色／ネイビー。サイズ／肩幅 37cm・B92cm・袖丈 59.5cm・身丈 75cm。前ボタン開き。ポケット／前 2 個。中国製。ドライ。

蝴蝶网 hudie.com

注目のゆる系ビッグニットで今年らしいおしゃれが即、完成！

ストンと着るだけで旬のスタイリングが完成する便利アイテム。人気のショート丈ボトムやスリムパンツとも好相性で、重ね着にも大活躍！ヒップまで隠すゆったりシルエットが体型をカバー、ボリュームのあるリブタートルが顔まわりをすっきりと見せてくれます。軽くてとっても暖かくふんわりやわらかい肌ざわりです。


3 チャコール（カットソーP3❶ダークイエロー・パンツP10❶ショート）



チャコール　ベージュ

❸ニットチュニック
¥8,900（税込¥9,345）
チャコール　NO.58-013-01
ベージュ　NO.58-013-02
素材／アクリル50%・ウール50%（5ゲージニット）。サイズ／B120cm・身丈70cm。中国製。手洗い。

親子ペアもできちゃうあったかニットキャスケット

耳まですっぽり隠れて暖かく、いつものコーディネイトにプラスするだけで、おしゃれ度もぐっとアップ。急なお出かけにもパッとかぶれて、ひとつあると重宝します。S～Lサイズがあるので、親子ペアも楽しんで。


4
カーキ　ブラック　チョコ　ベージュ


4 カーキ


4 ベージュ

親子ペアでかぶってもかわいい！

❹ニットキャスケット
¥2,300（税込¥2,415）

[ブラック]	S	NO.58-013-03
	M	NO.58-013-04
	L	NO.58-013-05
[カーキ]	S	NO.58-013-06
	M	NO.58-013-07
	L	NO.58-013-08
[ベージュ]	S	NO.58-013-09
[ベージュ]	M	NO.58-013-10
	L	NO.58-013-11
[チョコ]	S	NO.58-013-12
	M	NO.58-013-13
	L	NO.58-013-14

素材／アクリル100%。サイズ／(S)頭囲44～49cmくらいに対応、(M)頭囲50～54cmくらいに対応、(L)頭囲55～59cmくらいに対応。日本製。手洗い。


5

ワンピース＆コートの2WAY！着まわし度抜群の大活躍アイテム

ワンピースとして、コート風にはおって、と着まわし自在。秋から春まで長く使えるシャツワンピースです。すっきりとしたシルエット＆ミニヘリンボンの柄行きできちんとした印象も作れるので、デイリーにはもちろんお出かけにも重宝。ストレッチの効いた生地で着心地と動きやすさも抜群です。


5
（パンツP11❷）


5


1枚でもはおりでも使える、ほどよい厚さと適度なハリのあるストレッチ生地。ミニヘリンボンがトラッドで上品な印象

❺オリジナル シャツワンピースコート
¥8,900（税込¥9,345）
NO.58-013-15
素材／綿97%・ポリウレタン3%（ミニヘリンボンストレッチ）。色／ベージュ。サイズ／肩幅38cm・B92cm・袖丈60cm・身丈98cm。前ボタン開き。ポケット／前4個。ウエストはひも調節可。中国製。洗たく機。

どんな体型のママにも似合う 厚手のカットソーワンピ

どんな女性もかわいらしく見せるストンとしたAラインシルエットのボーダーワンピース。インにタートルを重ねたり、ボトムを合わせてチュニック風に着たりしても、かわいく決まります。裏に貼った別布をチラリと見せてもかわいい短めの袖や後ろ全ボタンなど、ちょっとしたディテールでおしゃれ感も十分。



2 チャコール×シロ



2

シロ×ネイビー

❷厚手天竺ボーダーワンピース
¥5,900(税込¥6,195)
チャコール×シロ　NO.58-014-02
シロ×ネイビー　NO.58-014-03
素材／綿100％（天竺）。サイズ／肩幅38cm・B92cm・袖丈42cm・身丈90cm。後ろボタン開き。ポケット／両脇各1個。中国製。手洗い。

ラフに着てもおしゃれに決まる ざっくり素材のシャツワンピ

ルーズすぎないゆったりしたシルエット＆肌に気持ち良いダブルガーゼ素材でリラックスして着られるワンピース。スタンドカラーや胸のピンタックできちんと感も加えたスマートな一枚です。1枚で着るのはもちろん、コート風にはおってもOKの着まわし力で、シーズン問わずデイリーづかいに大活躍。

1



1





麻混のシャンブレーガーゼを二重にした、通気性と保温性にすぐれた生地。ざっくりとした素材感ながら、ふんわりやわらかく、気持ちのいい肌ざわり

❶綿麻二重織ガーゼシャツワンピース
¥6,900(税込¥7,245)
NO.58-014-01
素材／綿85％・麻15％（綿麻二重織ガーゼ）。色／ブラウン。サイズ／肩幅39cm・B101cm・袖丈56cm・身丈100cm。前ボタン開き。共布ベルトつき。ポケット／両脇各1個。中国製。手洗い。

おしゃれと体型カバーを両立！ 花模様のふんわりワンピース

透け感のある薄手のスラブローン地に、同色糸で小花柄を刺しゅうしたワンピース。ふんわりとしたバルーンシルエットは、旬のおしゃれと体型カバーを同時に実現！ お手持ちのボトムやカットソー、ワンピースなどにはおるだけで、デイリースタイルをセンスアップしてくれます。

❸スラブローンオーバーレースワンピース
¥6,900(税込¥7,245)
ライトグレー　NO.58-014-04
ブラック　NO.58-014-05
素材／綿100％（スラブローンオーバーレース）。サイズ／肩幅35cm・B88cm・袖丈43cm・身丈88cm。前ボタン開き。中国製。洗たく機。



さらりとした肌ざわりの薄手スラブローン地に、同色糸で小花柄刺しゅうをオン。繊細でナチュラルなニュアンスたっぷり

3



ブラック

3 ライトグレー



蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网 hudie.com



6

サッとはおれて便利 デイリーづかいのロング丈

ふんわりとしたシルエットが体のラインをカバーし、長めの丈がヒップまわりも隠してくれるロングパーカー。パンツやワンピースにはおったり、ファスナーを閉じてチュニック風に着てもかわいく決まります。短めの袖で重ね着してもおしゃれ。サラリとした薄手のミニ裏毛は3シーズンOKで、一着あるとデイリーに大活躍。



4 ベージュ

4



グレー

❹ミニ裏毛ロングパーカー
¥5,900（税込 ¥6,195）
ベージュ　NO.58-015-01
グレー　NO.58-015-02
素材／綿 100％（ミニ裏毛）。サイズ／肩幅 35cm・B117cm・袖丈 36cm・身丈 78cm。前ファスナー開き。ポケット／両脇各 1 個。中国製。洗たく機。

6

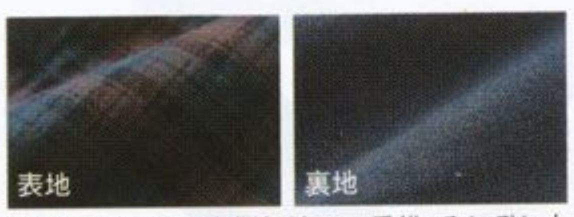


ほどよいゆる感が心地よい ふんわり厚手のリラックスパンツ

ルーズすぎないほどよいゆったりシルエットで、ラクなはき心地と見ためのすっきり感を両立させたイージーパンツ。コットン二重織の厚手素材を使用し、しっかりした生地感ながら、肌あたりはふんわりソフト。表地は今期人気のチェック柄を、何にでも合わせやすい濃色系で。裏地は深いグリーンの無地づかいで、裾をくるくるラフに折り返してもキュート！



ウエストはひもで調節可能



外側チェック柄、内側無地の二重織。それぞれ太さの違う糸で織ることで、風合いのよい生地感に

❻オリジナル
二重織チェックイージーパンツ
¥5,900（税込 ¥6,195）
NO.58-015-05
素材／綿 100％（変わり二重織）。色／グリーン系。サイズ／ W74cm・H95cm・パンツ丈 99cm・股下丈 75cm。前ボタン開き。ウエストひも調節可。ポケット／両脇各 1・後ろ 2 個。中国製。洗たく機。

ゆるやかシルエットと長め丈で 着やせスタイルには必須！

ストンと着るだけで、着やせシルエットを実現する長め丈チュニック。I ラインのシルエットと控えめなギャザーがルーズすぎず自然に体型をカバーしてくれます。薄手のさっくりとした生地感で、着心地は軽やか。衿や袖、裾のクルンとしたカットオフ仕立てが、ラフ＆キュートなカジュアル感をプラス。

5



ブルーグリーン



さっくりした生地感で、軽い着心地の 14 ゲージニット



5 クリームベージュ

❺チュニック
¥5,900（税込 ¥6,195）
クリームベージュ　NO.58-015-03
ブルーグリーン　NO.58-015-04
素材／綿 50％・アクリル 50％（14 ゲージニット）。サイズ／ B92cm・身丈 75cm。中国製。手洗い。

雨の日もステキなママでいたい！
天気が悪くてもおしゃれに妥協はナシです

お気に入りのレインアイテムを持っていれば、憂うつな雨ふりも楽しみになっちゃいそう。お天気が良い日でも十分に使えるかわいさで、ちょっと差がつく雨の日スタイルの完成です。





カジュアルながら、控えめな光沢と洗練されたチェック柄が品のよいステンカラーコート。丈夫で質のよい生地を使い、ていねいに仕立てているのでラフな扱いも OK です。水や汚れに強く雨の日にも重宝し、軽くてシワになりにくいので、旅行の際にも活躍します。真冬はコートの中に着てライナーとしても使える便利な一枚。



目がギュッと詰まった上質なナイロン素材。軽くしなやかでハリがあり、上品な光沢があります

少し大きめのマーブル模様のボタンが、女性らしいかわいらしさを演出します

❶peau douce ナイロンチェックコート
¥19,700(税込 ¥20,685)
レッド系　NO.58-016-01
グリーン系　NO.58-016-02
素材／ナイロン 100%(先染めチェックアクリルコート)。サイズ／肩幅 37cm・B100cm・袖丈 59cm・身丈 92cm。前ボタン開き。ポケット／前 2 個。日本製。ドライ。

peau douce

厳選された上質な素材とていねいな仕立てが評判の「ポー ドゥース」。リラックスできる着心地のよさと品のよいシンプルなデザインは、レディライクなデイリースタイルにぴったりです。







ソールはすべりにくい仕様



クッション性のある立体カップインソール



内側はつま先までソフトウレタン貼りでふかふか

チープ感がないマットな仕上がり、美しいシルエット、合わせやすいシンプルデザイン、と三拍子そろった理想のラバーブーツ！履き口内側は革を使用し高級感も演出。立体インソールと内側ウレタン貼りで履き心地もソフトです。

❸ラバージョッキーブーツ
22～24.5cm……**¥9,800 (税込 ¥10,290)**
商品番号は巻末のシューズ商品番号一覧をご覧ください。
材質／（甲・底）合成ゴム。色／ブラック・ダークブラウン・カーキ。サイズ／(S)22.0～22.5cm くらいに対応・筒まわり[illegible]5cm・ブーツ丈 3[illegible]cm、(M) 23.0～23.5cm くらいに対応・筒まわり[illegible]6cm・ブーツ丈 36.[illegible]cm、(L) 24.0～24.5cm くらいに対応・筒まわり[illegible]cm・ブーツ丈 37.5cm。ワイズ／2E。片足重量／約 660g（M）。中敷はとりはずし可。中国製。



雨の日だって、ラバーのフラットパンプスがあれば大丈夫。エナメル調の上品なツヤ感と美しいフォルムは、どんなウェアにもおしゃれにマッチ。細身に見えながらもワイズはゆとりの 2E、クッション性のあるインソール、滑りにくいソールなど、履き心地も快適です。

❷ラバーフラットパンプス
22～24.5cm……**¥9,800(税込 ¥10,290)**
商品番号は巻末のシューズ商品番号一覧をご覧ください。
材質／(甲・底)合成ゴム。色／ブラック・グリーン・ワイン・アイボリー・スモーキーブルー。サイズ／ (S) 22.0～22.5cm、(M) 23.0～23.5cm、(L) 24.0～24.5cm。ワイズ／ 2E 相当。片足重量／約 210g(M)。日本製。
※合成ゴムなのでパーツの交換はできません。

蝴蝶网
hudie.com

かわいくって使いやすい ママにぴったりの幸せ小物

毎日使うものだから、見た目も使い心地も妥協したくない！そんなよくばりさんもきっと満足できるおしゃれ小物を揃えました。

ママのデイリーづかいにぴったり！ 品よくかわいいプチアクセサリー

デコルテをきゃしゃに見せる繊細なチェーンに、ちょうちょのトップをあしらったパピヨンシリーズ。パールは、淡水パールの自然な形をそのままいかしたナチュラルなかわいさ。シルバーとゴールドはディテールまで凝った上品な仕上がりです。お手持ちのネックレスと重ねづけするのもおすすめ。





❶KAMIORI KAORI
プチネックレス パピヨン
[シルバー] ¥5,000(税込 ¥5,250)
NO.58-017-01
[ゴールド] ¥7,000(税込 ¥7,350)
NO.58-017-02
[パール] ¥4,000(税込 ¥4,200)
NO.58-017-03

材質／（チェーン）（シルバー）シルバー 925、（ゴールド・パール）14KGF、（トップ）（シルバー）シルバー 925、（ゴールド）18K、（パール）淡水パール。サイズ／（チェーン）長さ約 40cm、（トップ）約タテ 1.1 ×ヨコ 1.2cm。日本製。
※パールはちょうちょの形が写真と若干異なる場合があります。
※繊細なチェーンになりますので、強くひっぱったりしないよう十分にお気をつけください。



大きめの輪がちょっぴり個性的なチェーンに、繊細なレース編みのトップをちょこんとあしらいました。ほどよい長さのチェーンと小さなトップは、つけても邪魔にならず、デイリーのさりげないおしゃれにぴったり。ぐるっと二重に巻いてブレスレットにしてもかわいい。



❷KAMIORI KAORI
プチネックレス グレイン
¥4,500(税込 ¥4,725)
ミドリ NO.58-017-04
ワイン NO.58-017-05
ブラック NO.58-017-06
材質／（チェーン）14KGF、（トップ）綿。サイズ／（チェーン）長さ約 40cm。日本製。

小さなレース編みのトップが揺れる、今年注目のフープピアス。清楚で控えめなかわいらしさが、どんなスタイルにもなじみます。同シリーズのネックレスとお揃いづかいもぜひ。キャッチがついているので落ちにくく安心です。





KAMIORI KAORI

人気セレクトショップにてバイヤー、ショップリーダーなどを経て、現在はアクセサリーを中心に製作。一つ一つ手作業で仕上げる、可憐で繊細な作品が人気です。

❸KAMIORI KAORI
フープピアス グレイン
¥3,500(税込 ¥3,675)
ブルー NO.58-017-07
グリーン NO.58-017-08
パープル NO.58-017-09
材質／（フープ）14KGF、（トップ）綿。サイズ／（フープ）直径 約 1.9cm。日本製。

チェーンやフープに使用されている 14KGF は、14金で金属芯を厚くコーティングした素材。メッキとは異なる本物の質感と輝きが楽しめます。耐久性にすぐれ、剥げる心配が少なく、肌の弱いかたでも比較的安心な素材です。

蝴蝶网





使い込むほどに手になじんで 毎日使うのが楽しくなるお財布

深みのあるツヤとぽってりとした風合いがすてきなイタリア産オイルドレザーのお財布。使いやすさを一番に考えた飽きのこないシンプルなデザインが、素材の上質感を引き立てます。コロンと愛らしい「アコーディオン」とちょっぴりクールな「メッシュジッパー」の２タイプ。どちらも開けると中が一度に見えて、出し入れがスムーズな機能派です。



メッシュジッパー

ファスナーつきの大きな小銭入れを仕切りに、お札やレシート[illegible]して収納。カードはタテにたっぷり入り、出し入れ簡単



アコーディオン

ファスナーつきの大きな小銭入れにマチつきの大容量ポケット3つとカード入れが9つ。細かく整理しながら見ため以上にたっぷり収納できます

❶D.Cuir レザーウォレット
¥18,000(税込 ¥18,900)

[アコーディオン] レッド NO.58-018-01
ブラウン NO.58-018-02
グリーン NO.58-018-03
[メッシュジッパー] グリーン NO.58-018-04
ブラウン NO.58-018-05
キャメル NO.58-018-06

材質／牛革、(アコーディオン：チャーム) シルバー。サイズ／約タテ 10 × ヨコ 19 × マチ 2cm。(アコーディオン) 革ひも留め、(メッシュジッパー) ファスナー開き。ポケット／(アコーディオン) 内 13 (オープン 3・ファスナー 1・カード入れ 9) 個、(メッシュジッパー) 内 7 (オープン 2・ファスナー 1・カード入れ 4) 個。日本製。

お財布、ポーチ、ミニバッグ 三役こなす便利アイテムが登場！

お財布機能に、携帯電話や鍵などを入れる収納スペースと、とりはずし可能なストラップをプラス。ふだんはお財布＋ポーチとしてバッグの中に、ちょっとした外出にはそのまま斜めがけ、と重宝すること間違いなし。上質なレザーづかいとシンプルなデザインで、長く愛用できます。



ファスナーつき小銭入れやお札、カード入れも充実。アコーディオンタイプのマチで、小物も入ります

❷D.Cuir レザーアコーディオンバッグ
¥16,000(税込 ¥16,800)

ブラウン NO.58-018-07
ナチュラル NO.58-018-08

材質／牛革。サイズ／約タテ 10 × ヨコ 18.5 × マチ 3.8cm、(ストラップ) 長さ 120cm。スナップボタン開き。ポケット／内 12 (オープン 2・ファスナー 1・カード入れ 9) 個。ストラップはとりはずし可。日本製。





D.cuir

「良いモノをふだんづかいに」をコンセプトに、女性のための革小物を製作している「ディークイール」。素材の質感を大切に、使いやすさにこだわったシンプルなデザインが注目を集めています。



3

ダークブラウン　　ブラウン

使えば使うほど味が出る
上質レザーの優秀ポシェット

革を作る際に地球環境に負担のかからない植物性の薬品を使用したエコレザー製のポシェット。クタッと軽くてやわらかく、持ち心地は快適。シンプルで上品なフォルムは合わせる洋服を選びません。コンパクトな見た目ながら、外出時の必需品＋αがたっぷり入る収納力。出し入れしやすいかぶせフタも機能的です。



3 ダークブラウン（カットソー P8 ❶ ディープグリーン）



ものの出し入れがしやすいかぶせフタタイプ。中には350mlのペットボトルも入ります

❸レザーポシェット
¥18,000（税込 ¥18,900）
ダークブラウン　NO.58-019-01
ブラウン　NO.58-019-02
材質／牛革、（内側）綿・麻。サイズ／タテ 20 ×ヨコ 18 ×底マチ 5cm、（ストラップ）全長 120cm。重量／ 235g。天口かぶせフタ式開閉。ポケット／外・内各 1（オープン）個。ストラップは長さ調節可。日本製。

シーンに合わせて肩かけも斜めがけも！
使い勝手抜群の軽量フレキシブルバッグ

ころんとしたフォルムがかわいいバッグは、幅広の底マチと、フロントのマジックベルト式ポケット他計 10 個のポケットで、見た目以上の収納力！ L は A4 サイズ、S は B5 サイズがすっぽり入る大きさです。肩にかけたり、付属のショルダーベルトをつけて斜めがけにしたりと、荷物の量や状況に合わせた使いわけが可能。弱撥水性のナイロン素材なので、多少の雨や汚れもガード。品のよい光沢の上質生地に牛革パーツをあしらった上品なルックスで、合わせる洋服を選びません。



4 ダークブラウン・L



4 ライトブラウン・S



4

ライトブラウン・L　　ダークブラウン・S

❹AGILITY（アジリティ） フルール 2WAYバッグ
[L] ¥16,000（税込 ¥16,800）
ライトブラウン　NO.58-019-03
ダークブラウン　NO.58-019-04
[S] ¥13,000（税込 ¥13,650）
ライトブラウン　NO.58-019-05
ダークブラウン　NO.58-019-06

材質／（表地）ナイロン・牛革、（裏地）ポリエステル。サイズ／（L）タテ 27（持ち手含まず）×ヨコ 39 ×底マチ 18cm、（S）タテ 24（持ち手含まず）×ヨコ 26 ×底マチ 14cm、（ショルダーベルト）長さ 74 ～ 133cm。重量／（L）580g、（S）440g。天口ファスナー式開閉。ポケット／外 7（（L）スナップボタン 4・マジックベルト 2・ファスナー 1、（S）スナップボタン・マジックベルト・オープン各 2・ファスナー 1）、内 3（オープン 2・ファスナー 1）個。ショルダーベルトつき（長さ調節可）。日本製。



内部は幅広マチで大容量。大きなファスナー式ポケットに、携帯電話や鍵などが入る小分けポケットが 2 つ



前後に大容量のポケットつき。L は A4 サイズ、S は B5 サイズに対応



両サイドにスナップボタン式ポケット、背面にファスナー式ポケットつき



使いやすい工夫が満載の機能派ショルダー

洗いをかけた帆布にイタリア産オイルドレザーを組み合わせた、風合いのよいバッグ。A4 サイズがすっぽり入る収納力に、便利なポケットがついて使い勝手のよさは抜群です。ベルトに見える開口部の裏にはマグネットボタンがつき、開け閉めはサッと簡単。ストラップを短めに調節すれば、自転車に乗るときも邪魔になりません。肩にあたる部分にはクッションを入れてあるので、たくさん荷物を入れても肩に食い込まず快適。



蝴蝶网
hucie.com



雑誌や 500mℓ のペットボトルが余裕で入る大きさ。かぶせ裏は中が見えるファスナー式メッシュポケット



サイドのポケットはファスナーつきで携帯などを入れても安心



背面にはファスナー式のポケットつき。定期や貴重品を入れるのにも便利です

❶オリジナル ショルダーバッグ
¥9,524(税込 ¥10,000)
ブラック　NO.58-020-01
ベージュ　NO.58-020-02
材質／綿・牛革。サイズ／約タテ 30 × ヨコ 28.5 × マチ 9cm、(ストラップ) 長さ 86 ～ 135cm。重量／ 580g。天口マグネットボタン留め。ポケット／外 2（ファスナー）、かぶせ裏 1（ファスナー）、内 1（オープン）個。ストラップは長さ調節可。日本製。

かわいさと使いやすさを両立させた大容量バッグ

雑誌がすっぽり入る大きさ×便利なポケットがたくさんついた機能派バッグ。ギャザーを入れたコロンとやわらかい雰囲気のフォルムは、カジュアルからきれいめスタイルまで合わせる洋服を選びません。ストラップは長さを調節でき、手持ちも肩掛けも OK。軽くて扱いやすく、デイリーづかいから小旅行にも大活躍の頼れるアイテム。





❷オリジナル
ギャザートートバッグ
¥11,360(税込 ¥11,928)
ベージュ　NO.58-020-03
ブラック　NO.58-020-04
材質／綿・牛革。サイズ／タテ 31（持ち手含まず）× ヨコ 38 × マチ 12cm、(持ち手) 長さ 40 ～ 63cm。重量／ 885g。天口ファスナー式開閉。ポケット／外 5（オープン 4・マグネットボタン 1）、内 5（オープン 3・ファスナー 1・メッシュ 1）個。内両サイドにゴムベルトつき。持ち手は長さ調節可。日本製。



サイドまでガバッと大きく開いて、出し入れしやすい両開きファスナー仕様



背面にはマグネットボタン留めポケット、両サイドにはオープンポケットつき



前後に大容量のオープンポケットつき。A4サイズや大きめタオルも入り、ファスナーを開けなくてもサッと出し入れできます



メッシュなど大小 5 個のポケットに加え、サイドにはペットボトルや折りたたみ傘を差し込めるゴムベルトつき

Shoes selection

デイリーに手放せない軽快フラットシューズ

サッと気軽に履けて、歩き心地も抜群！
毎日のお出かけが待ちきれなくなる
大活躍のぺたんこシューズ♪



本革と比べても遜色のない質感のスエード調素材「エクセーヌ」を使用。見ためも足あたりの良さも申し分なしのバレエシューズです。履き口はゴム入りでぴったりとフィットし、クッション性のあるインソールで、履き心地が良く歩きやすい！

❶tutti フラットバレエ
22.0～24.5cm……**¥9,500(税込¥9,975)**
材質／（甲）人工皮革（エクセーヌ）、（底）合成ゴム。色／パープル・ブラック・レオパード・ゼブラ。サイズ／22.0～24.5cm（0.5cm きざみ）。ワイズ／2E 相当。片足重量／約 135g（23cm）。日本製。

蝴蝶网

歩きやすくて脚スラリ！ 大人気ウェッジシューズ

ヒールをはきたいけど、歩きにくいのは NG
そんなおしゃれなママの強い味方！
大人かわいいヒールアップアイテム



スエード調素材を使ったブーティー風のデザインに、甲の太ゴムバンドでおしゃれ感と抜群の安定感を持たせたスタイリッシュな一足。低反発インソール×かかと履き口クッション×内側のメッシュ貼りで、足全体をやさしく包み込むような履き心地。撥水加工を施し、少々の雨にも対応します。

❷MICHEL KLEIN ブーティー風ウェッジ
22.5～24.5cm……**¥9,800(税込¥10,290)**
材質／（甲）人工皮革、（底）ポリウレタン・ラバー。色／ブラック・ワイン・グレー。サイズ／22.5～24.5cm（0.5cm きざみ）。ヒール高／約 6cm。ワイズ／2E。片足重量／約 240g（23.5cm）。中国製。

ルックスも機能も抜群！ 秋冬必須の快適ブーツ

秋冬のおしゃれに欠かせない！
毎日履きたい、かわいい機能派です



デニムに、レギンスに、スカートにと、毎日のコーディネイトに大活躍！ギャザーをよせたコロンとしたフォルムがかわいいナチュ系ブーツです。履き口にファーをつけ、折り返したアレンジもキュート。内側筒部分にソフトスポンジを施しているので暖かく足入れもソフトです。

❸ファー付 2WAY ブーツ
22～24cm……**¥8,300(税込¥8,715)**
材質／（甲）合皮、（底）EVA 樹脂・ラバー。色／チャ・アイボリー・クロ。サイズ／22.0～24.0cm（1.0cm きざみ）・筒まわり 39cm（24cm）・ブーツ丈 33.5cm（24cm）。ワイズ／2E。片足重量／約 345g（24cm）。中国製。

商品番号は巻末のシューズ商品番号一覧をご覧ください。

蝴蝶网 hudie.com

1



2



3



4



履くとほっそり見えるのが嬉しい デイリーづかいのヘビロテシューズ

メッシュ、テキスタイル、スエード調など質感の異なる素材を同系色でまとめ、キラリとラメを効かせたスニーカー。やや浅めの甲デザインがフェミニンで、パンツにもスカートにも好相性です。ソフトスポンジ入りの内布やクッション性のある中敷の採用で、足入れはとてもソフト。

❶SKECHERS ラメ入りスリッポン
23～25.5cm……**¥6,900(税込 ¥7,245)**
材質／(甲)ポリエステル・合皮、(底)EVA 樹脂・合成ゴム。色／トープ・ブラック。サイズ／23.0～25.5cm (0.5cm きざみ)。ワイズ／1E 相当。片足重量／約 200g (23cm)。中国製。

大人フェミニンに効く コサージュつきのエナメルフラット

つややかなエナメル素材に、キュートなコサージュをトッピング。コサージュを取り外し、シンプルなスタイルも楽しめる 2WAY タイプです。クッション性と通気性にすぐれたコルクの中敷を採用し、履き心地は快適。汚れたらサッとふくだけの簡単お手入れもうれしいポイント。

❷キサスポーツ コサージュ付エナメルフラット
22～24.5cm……**¥8,800(税込 ¥9,240)**
材質／(甲)合皮(エナメル)、(底)合成ゴム。色／キャメルエナメル・ブラックエナメル。サイズ／22.0～24.5cm (0.5cm きざみ)。ワイズ／2E。片足重量／約 250g (23cm)。コサージュはとりはずし可。日本製。

上品さと履きやすさを両立 1足は持っておきたい大人気モデル

サテン地のキルティングと合皮のコンビづかいが上品で、きれいめスタイルにもマッチするバレエタイプ。流線型のストラップや、ややヒールアップしたスニーカー仕様のソールが、脚を自然にスラリと見せてくれます。つま先まで包み込むようなソフトな履き心地も魅力の一足。


歩きやすく疲れにくいスニーカー仕様のソール(❶❸共通)

❸SKECHERS キルティングバレエ
23～25.5cm……**¥6,900(税込 ¥7,245)**
材質／(甲)ポリエステル・合皮、(底)EVA 樹脂・合成ゴム。色／ブラック・ゴールド。サイズ／23.0～25.5cm (0.5cm きざみ)。ワイズ／1E 相当。片足重量／約 180g (23cm)。マジックベルト留め。中国製。

「歩きやすく疲れにくい」と人気！ 見ためも Good なポスチュアシリーズ

長時間歩いても疲れにくいと大人気のポスチュアシリーズに、品のよいシャイニーカラーのバレエタイプが登場。どんなスタイルにも合わせやすいデザインでデイリーに重宝します。内側はメッシュ貼りでムレにくく、足入れもソフト。インソールは吸汗速乾仕上げ。


かかと部分に衝撃吸収素材を搭載したインソールを採用


かかとを安定させて長時間歩いても疲れにくいソール設計

❹new balance ポスチュアシャイニーバレエ
22～25.5cm……**¥8,300(税込 ¥8,715)**
材質／(甲)合皮(シンセティックレザー)、(底)合成ゴム。色／ブラックブルー・シャンパンベージュ・パールピンク。サイズ／22.0～25.5cm (0.5cm きざみ)。ワイズ／D 相当。片足重量／約 185g (24cm)。マジックベルト留め。中敷はとりはずし可。中国製。

商品番号は巻末のシューズ商品番号一覧をご覧ください。

Wedge

蝴蝶网
hudie.com

高めのヒールでも安定感は抜群！美脚に見せる優秀ウェッジ

フィルム加工でリザード調に仕上げた合皮×本革のパイピングがおしゃれ。サッと気軽に履けて、しかも脚を自然ときれいに見せる、デイリーづかいの活躍シューズです。土踏まずにパッドを入れたふんわりインソールやクッション入りのかかと履き口で、足入れもソフト。

❺MICHEL KLEIN パイピングウェッジ
22.5～24.5cm……**¥10,800(税込 ¥11,340)**
材質／(甲)合皮・牛革、(底) EVA 樹脂・ラバー。色／ブラック×ブラック・ホワイト×ゴールド。サイズ／22.5～24.5cm(0.5cm きざみ)。ヒール高／約 7cm。ワイズ／ 2E。片足重量／約 200g(23.5cm)。中国製。



スタイルを選ばないシンプルさ歩きやすさもピカイチ！

クールな質感のナイロンメッシュと、落ちついた光沢の合皮とのコンビづかいがスタイリッシュ。シンプルなのでどんなスタイルにも合わせやすいのが嬉しい。マジックベルトで足をしっかりと固定でき、ふかふかのインソールで歩きやすく疲れにくいのもポイント。

❻SKECHERS シャイニーバレエウェッジ
23～25.5cm……**¥8,900(税込 ¥9,345)**
材質／ (甲)ナイロン・合皮、(底)合成樹脂。色／ピューター・シルバーゴールド。サイズ／ 23.0～25.5cm (0.5cm きざみ)。ヒール高／約 6cm。ワイズ／ 1E 相当。片足重量／約 250g (23cm)。マジックベルト留め。中国製。



控えめなウェッジソールが楽ちんきれい！を実現

太めのゴムバンドとウェッジソールの組み合わせが、おしゃれ感と歩きやすさを両立。コルクの中敷で、クッション性と通気性もばっちりです。質感のよいエナメルが上品なブラックとキャメル、スタイリングのポイントになるツイードのチドリ柄の 3 色展開。

❼キサスポーツ ゴムバンドウェッジ
22～24.5cm……**¥8,800(税込 ¥9,240)**
材質／(甲)(キャメルエナメル・ブラックエナメル)合皮(エナメル)、(ブラックチドリ)綿・ポリエステル・レーヨン、(底)合成ゴム。色／キャメルエナメル・ブラックエナメル・ブラックチドリ。サイズ／22.0～24.5cm (0.5cm きざみ)。ヒール高／約 4cm。ワイズ／ 1E。片足重量／約 230g(23cm)。日本製。



雨の日でも快適にはける一体成型のウェッジパンプス

ぬれても安心のビニール素材を使ったウェッジパンプス。縫い目のない一体成型なので水の浸入を防ぎ、高めのヒールでパンツの裾が汚れにくいのが嬉しい。たくさん歩いても疲れにくい衝撃吸収機能の立体インソールを使用。汚れてもサッとふくだけでお手入れも簡単です。



つま先・アッパー・かかと、各部の立体構造で負担を軽減



滑りにくく、雨の日でも安心

❽美脚メイク レインウェッジ
22～24.5cm……**¥5,700(税込 ¥5,985)**
材質／ (甲)ポリ塩化ビニール、(底)合皮。色／ブラック・パープル・ブラウン。サイズ／ (S) 22.0～22.5cm、(M) 23.0～23.5cm、(L) 24.0～24.5cm。ヒール高／約 7.5cm。ワイズ／ 2E 相当。片足重量／約 290g(M)。中国製。



 商品番号は巻末のシューズ商品番号一覧をご覧ください。

蝴蝶网 hudie.com

ボアつきで見ためも履き心地もあったか！

秋冬カジュアルのキーアイテム、スエード調の編みあげブーツ。内側にはソフトスポンジとニットを貼り、つま先までふかふか。クッション性のあるインソール、スニーカー仕様のソールで歩きやすさも抜群。サイドファスナーとマジックベルトづかいで、ひもをほどかなくてもサッと脱ぎ履きできます。

雨雪おまかせの完全防水。ルックスも上品です

特殊素材ゴアテックス®を使用した完全防水ブーツ。雨など外からの水は通さず、内部の湿気だけを放出するので、快適な履き心地をキープします。内側にはソフトスポンジを貼り、足入れのよさと暖かさも兼備。脱ぎ履きに便利なサイドファスナーつき。

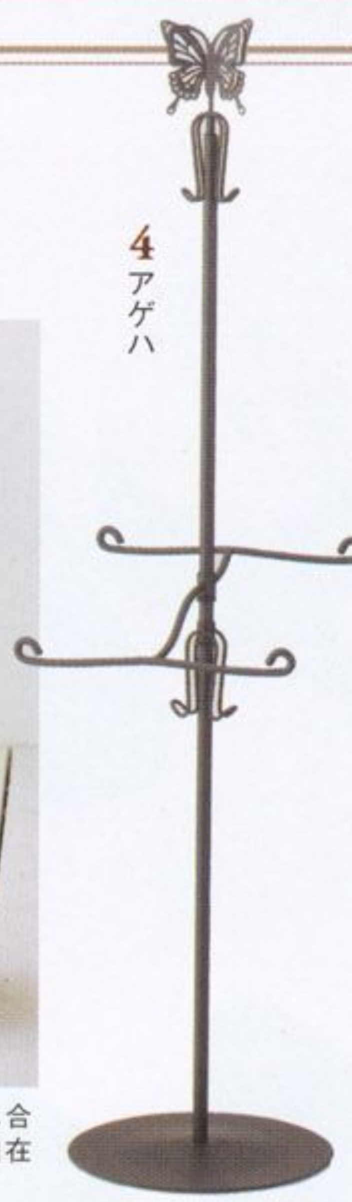








上段に置く靴の高さに合わせて、全体の高さが自在に調節できます





2足重ねて収納できる省スペース型ブーツスタンド

収納場所に頭を悩ませていたブーツの片づけに朗報。ブーツが縦に2段収納できるので、とっても省スペースです。上段のブーツキーパーは高さを調節できるので、ミディアムブーツやショートブーツ、パンプスなどを置いても OK。ティアラやアゲハのモチーフもかわいい。

雪雨OK！ぬれないムレない理想のブーツ

雨など外からの水は通さず、内側の湿気だけを放出する特殊素材ゴアテックス®を使用。ぬれた床や凍結した地面でも滑りにくい立体セラミックソールと機能は万全です。内側はニット貼り、さらに中敷入りで履き心地も快適。ボアをあしらった履き口を折り返しても履ける 2WAY タイプ。

❹ダブルブーツスタンド
¥1,886(税込 ¥1,980)
ティアラ　NO.58-024-47
アゲハ　NO.58-024-48
材質／スチール(粉体塗装)・シリコン樹脂。サイズ／幅 20 ×奥行き 18 ×高さ 75 ～ 98cm。重量／約 630g。耐荷重量／（ハンガー部分）約 1kg。中国製。 組立式

❸ゴアテックス® ボア付ロングブーツ
22.5 ～ 25cm……**¥14,000(税込 ¥14,700)**
材質／（甲）撥水合織スエード・ゴアテックス®、(底)ウレタン・セラミック。色／オーク・ブラック・ダークブラウン。サイズ／ 22.5 ～ 25.0cm (0.5cm きざみ)・筒まわり 36cm (23.5cm)・ブーツ丈 33cm (23.5cm)。ワイズ／ 3E。片足重量／ 370g (23.5cm)。中敷きはとりはずし可。日本製。

❷SKECHERS ファスナー付編みあげブーツ
23 ～ 25.5cm……**¥11,000(税込 ¥11,550)**
材質／（甲）ナイロン・ウレタン、(底)合成樹脂。色／チャコール・ナチュラル・サンド。サイズ／ 23.0 ～ 25.5cm (0.5cm きざみ)・筒まわり 32cm (23cm)・ブーツ丈 25.5cm (23cm)。ワイズ／ 1E 相当。片足重量／約 460g (23cm)。前ひもつき。マジックベルト留め。サイドファスナーつき。中国製。

❶ゴアテックス® ファスナー付ロングブーツ
22.5 ～ 24.5cm……**¥19,800(税込 ¥20,790)**
材質／（甲）人工皮革・ゴアテックス®、(底)ラバー。色／ブラック・ブラウン。サイズ／ 22.5 ～ 24.5cm (0.5cm きざみ)・筒まわり 33cm (23.5cm)・ブーツ丈 36cm (23.5cm)。ヒール高／約 4cm。ワイズ／ 2E。片足重量／約 380g (23.5cm)。サイドファスナーつき。中敷はとりはずし可。日本製。

組立式 組み立てる前の形でお届けする商品です。お客さまに組み立てていただきますのでご了承ください。

商品番号は巻末のシューズ商品番号一覧をご覧ください。

蝴蝶网 hudie.com

おうちをもっと ステキにする生活雑貨

散らかりがちなリビングやキッチンも、ゴチャゴチャさせない！すっきり可愛く！



1 貼るだけでリビングをおしゃれに模様がえ 夢空間づくり、子どもと一緒に楽しんでみませんか。





壁やガラス、家具などに貼れるアート感覚のステッカー。好きなところにペタペタ貼るだけで、お部屋の印象をすてきに変身させることができます。再はく離なのではがし跡が残らずきれいにはがせます。

❶ウォールステッカー
¥1,500(税込 ¥1,575)
ちょうちょ NO.58-025-01
葉っぱと小鳥 NO.58-025-02
カラフル NO.58-025-03
材質／ポリ塩化ビニール。サイズ／（1 シート）タテ 70 ×ヨコ 50cm。韓国製。

3 外でもおうちでも使い道いろいろ おしゃれ色の便利なバケツ。

家の中のおもちゃ収納や野菜ストック、ランドリーバッグに、車の中の収納にと多用途に活躍！ 持ち手がついているので持ち運び楽々、お出かけの荷物を入れてバッグ代わりに持ってもおしゃれです。コンパクトなS、大きめで使いやすいMの2サイズをご用意。


バニラ・M
ピンク・M
ピスタチオ・S
柔軟性のある素材でペコンと曲がり、持ち運びに便利

❸タブトラッグス 2 個組
[S] ¥2,400(税込 ¥2,520)
ピンク NO.58-025-12
バニラ NO.58-025-13
ピスタチオ NO.58-025-14
[M] ¥2,800(税込 ¥2,940)
ピンク NO.58-025-15
バニラ NO.58-025-16
ピスタチオ NO.58-025-17

材質／リサイクルポリエチレン。サイズ／（S）約口径 34 ×高さ 28（持ち手含む）cm、（M）約口径 38 ×高さ 34（持ち手含む）cm。容量／（S）14ℓ、（M）26ℓ。同色・同サイズ 2 個組。スペイン製
※廃材を再使用しているため、斑点や色の混入が見られます。

2


ベージュ・S


ホワイト・M


ショコラ・S


ピンク・M


子どもにも安心な、すぐにバタンと閉まらないステイ金具

直送品
完成品

たっぷり収納できる見た目もおしゃれなベンチ。

見た目はおしゃれなミニソファが、座面を開けるとたっぷり入る収納チェストに。リビングで散らかりがちな子どものおもちゃなどを片づけるのに重宝します。中はフェルト張りなので、衣類の保管にも最適。座面はふかふかで、座り心地も抜群です。張り地はサッとふくだけですぐきれいになる合成皮革だから、子どもが汚しても安心ですね。

❷オープンベンチ
[S] ¥11,800(税込 ¥12,390)
ホワイト NO.58-025-04
ピンク NO.58-025-05
ベージュ NO.58-025-06
ショコラ NO.58-025-07
[M] ¥15,800(税込 ¥16,590)
ホワイト NO.58-025-08
ピンク NO.58-025-09
ベージュ NO.58-025-10
ショコラ NO.58-025-11

材質／（本体）MDF・ウレタンフォーム、（張り地）合皮、（脚部）スチール（クロムメッキ）。サイズ／（S）幅 45 ×奥行き 45 ×高さ 35cm、（M）幅 90 ×奥行き 45 ×高さ 35cm。収納部内寸／（S）幅 37.5 ×奥行き 37.5 ×深さ 22cm、（M）幅 82.5 ×奥行き 37.5 ×深さ 22cm。重量／（S）9kg、（M）16kg。耐荷重量／（S）100kg、（M）150kg。日本製。

4 何でも整理・収納できるストレージボックス。色分け収納にも便利です。


マンゴー（左からM・S・L）

おもちゃや小物、衣類など、何でも整理・収納できるストレージボックス。裏地がついた、しっかりした作りです。大きく開くふたは出し入れしやすく、お部屋に置いておいてもアクセントになりそう。お姉ちゃんはマンゴーカラーのボックス、弟はネイビー、など色分け収納にも便利です。


ネイビー・S
ナチュラル・M
モカ・L


使わないときはコンパクトにたためます

❹NEW ライゼンタール ストレージボックス
[S] ¥2,000(税込 ¥2,100)
マンゴー NO.58-025-18
ネイビー NO.58-025-19
ナチュラル NO.58-025-20
モカ NO.58-025-21
[M] ¥2,500(税込 ¥2,625)
マンゴー NO.58-025-22
ネイビー NO.58-025-23
ナチュラル NO.58-025-24
モカ NO.58-025-25
[L] ¥3,000(税込 ¥3,150)
マンゴー NO.58-025-26
ネイビー NO.58-025-27
ナチュラル NO.58-025-28
モカ NO.58-025-29

材質／ポリエステル・スチール。サイズ／（S）約幅 36 ×奥行き 26 ×高さ 20cm、（M）約幅 41 ×奥行き 32 ×高さ 25cm、（L）約幅 51 ×奥行き 41 ×高さ 29.5cm。天口ファスナー式開閉・マジック式テープ留め。持ち手つき。ネームポケット・ネームカードつき。ドイツ・ライゼンタール社。中国製。

www.shanghaidz.com

直送品 メーカーまたは問屋から直接お届けする商品で、宅配代引き、沖縄・島しょ部への配達はできません。
完成品 届いたその時からすぐに使える完成品（キャスター・フックなど備品は除く）でお届けします。

2



インナーのゴミ箱に袋をセットして、カバーをかぶせます

❷TUBELOR（チューブラー）
¥3,300(税込 ¥3,465)
ライトグリーン　NO.58-026-06
ホワイト　NO.58-026-07
ピンク　NO.58-026-08
¥3,800(税込 ¥3,990)
サンドホワイト　NO.58-026-09
ウェンジブラウン　NO.58-026-10
材質／（ライトグリーン・ホワイト・ピンク）ABS樹脂・ポリプロピレン、（サンドホワイト・ウェンジブラウン）ポリプロピレン。サイズ／（ライトグリーン・ホワイト・ピンク）幅 20 ×奥行き 20 ×高さ 30cm・容量 6.5ℓ、（サンドホワイト・ウェンジブラウン）幅 26 ×奥行き 26 ×高さ 31.5cm・容量 11.4ℓ。重量／約 1.1kg。中国製。

気になるレジ袋を すっきり隠せる おしゃれなダストボックス

本体にスーパーの袋をセットしたらカバーをかぶせるだけ。中の袋を隠せ、インテリアの雰囲気を損ないません。ライトグリーン・ホワイト・ピンクは子ども部屋や洗面所などにぴったりの小さめサイズ。サンドホワイトとウェンジブラウンはリビングに最適な大きさです。

1



底面が広がり安定感のある設計。底は滑り止めつき

❶STAND!（スタンド）
¥2,000(税込 ¥2,100)
ブルー　NO.58-026-01
ホワイト　NO.58-026-02
ピンク　NO.58-026-03
グリーン　NO.58-026-04
オレンジ　NO.58-026-05
材質／ ABS 樹脂。サイズ／幅 13 ×奥行き 10.3 ×高さ 25.6cm。高さ約 5cm の薄型ティッシュボックス専用。台湾製。

置く場所を選ばない タテ置きタイプ 選べるカラーも魅力です。

ケースをタテに置くことで、ティッシュを最後までスムーズに引き出せます。スペースをとらないので、食卓やキッチン、洗面所など、置く場所を選びません。つるりとしたフォルムに鮮やかカラーがスタイリッシュ。

4



くるりと巻いて取りつけて ママとキッズの連絡BOXにも。

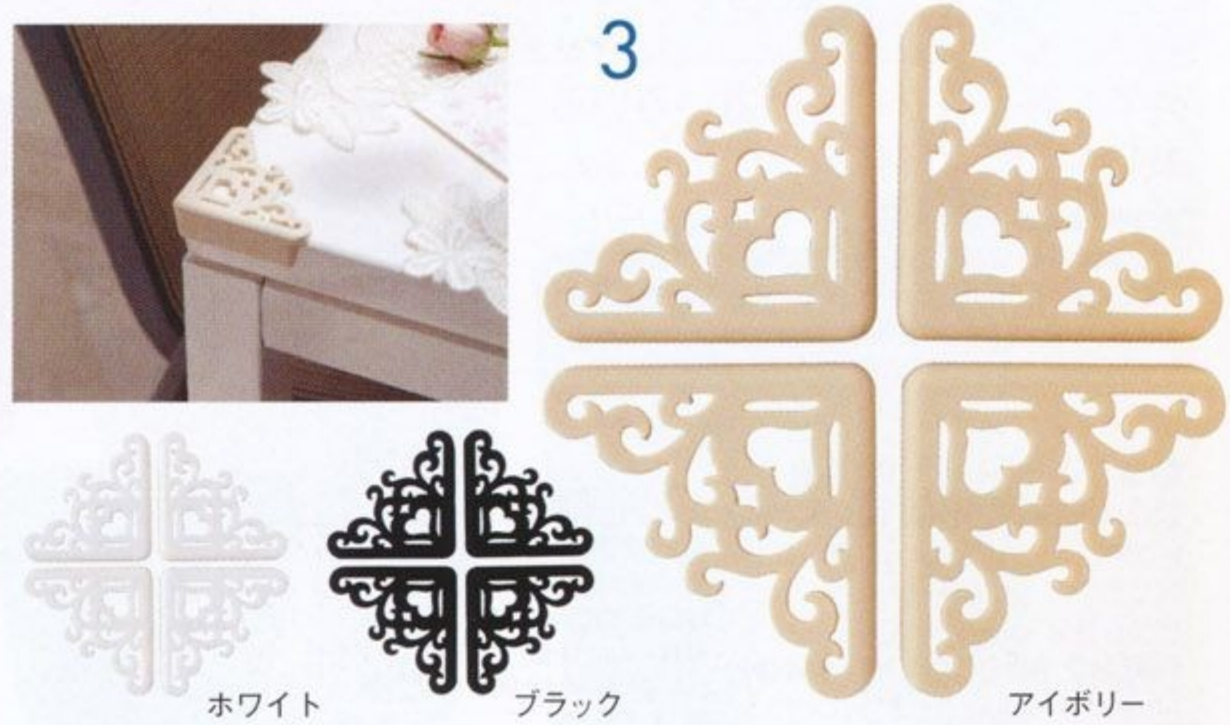
どんな形にも自由に曲げられるハンドルで、さまざまな場所にとりつけられます。A4 サイズがタテに入る大きさで、細かな文房具やおもちゃ、書類などをサッと収納。テーブルの上などをすばやく片づけたいときなどに便利です。ママとの連絡ノート BOX にするのもおすすめ。



家具などを傷つけにくい素材　どんな形にも曲がるハンドル

❹どこでもポッシュマーノ
¥3,200(税込 ¥3,360)
ピンク　NO.58-026-14
ホワイト　NO.58-026-15
グリーン　NO.58-026-16
素材／（本体）エラストマー、（ハンドル）エラストマー・アルミニウム。サイズ／幅 26 ×奥行き 10.4 ×高さ 19.2（ハンドル含まず）cm。日本製。

3



❸コーナークッション Kirie（キリエ）**4個組**
¥1,000(税込 ¥1,050)
アイボリー　NO.58-026-11
ブラック　NO.58-026-12
ホワイト　NO.58-026-13
材質／シリコン樹脂。サイズ／（1 個）約タテ 5.2 ×ヨコ 5.2 ×厚さ 1.6cm。同色 4 個組。裏面に粘着テープつき。中国製。

子どものごっつんこも防ぐ おしゃれなコーナークッション。

テーブルや机、キャビネットの角に貼りつけて、転倒やぶつかったときの衝撃をやわらげてくれるコーナークッション。セーフティグッズとは思えない切り絵モチーフの美しいデザインは、インテリアにこだわるママも納得です。テーブルの色に合わせて3色からお選びください。

足もとからポカポカ！ ふわふわの感触が心地いい あったかルームシューズ。

足もとの冷えを防ぐ、肌ざわりのよいフリース素材のルームシューズ。内側はボアで暖かく、底には安心の滑り止めつきです。色によって細かさの違うギンガムチェックにカラフルなパイピングがおしゃれな印象。キッズ、レディス、メンズと3 サイズ展開なので、ファミリーおそろいも楽しめます。

5

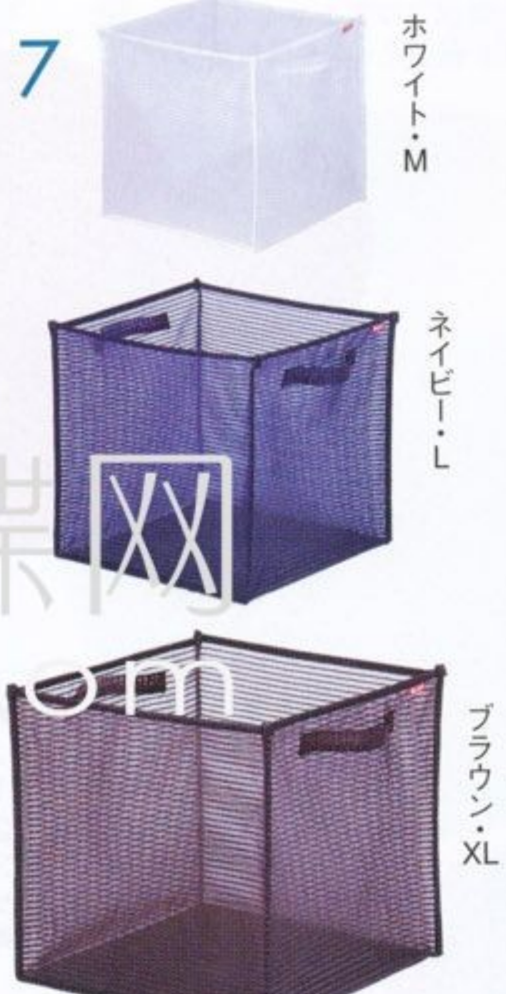


❺ファミリエ ルームシューズ
[キッズ]　¥1,200(税込 ¥1,260)
ラベンダー　NO.58-026-17
ブラック　NO.58-026-18
グリーン　NO.58-026-19
[レディス]　¥1,400(税込 ¥1,470)
ラベンダー　NO.58-026-20
ブラック　NO.58-026-21
グリーン　NO.58-026-22
[メンズ]　¥1,600(税込 ¥1,680)
ラベンダー　NO.58-026-23
ブラック　NO.58-026-24
グリーン　NO.58-026-25
材質／（甲）ポリエステル、（底）合成ゴム。サイズ／（キッズ）16 ～ 19cm に対応、（レディス）23 ～ 2[illegible]cm に対応、（メンズ）[illegible]6 ～ 27cm に対応。中国製。

www.shanghaidz.com



7



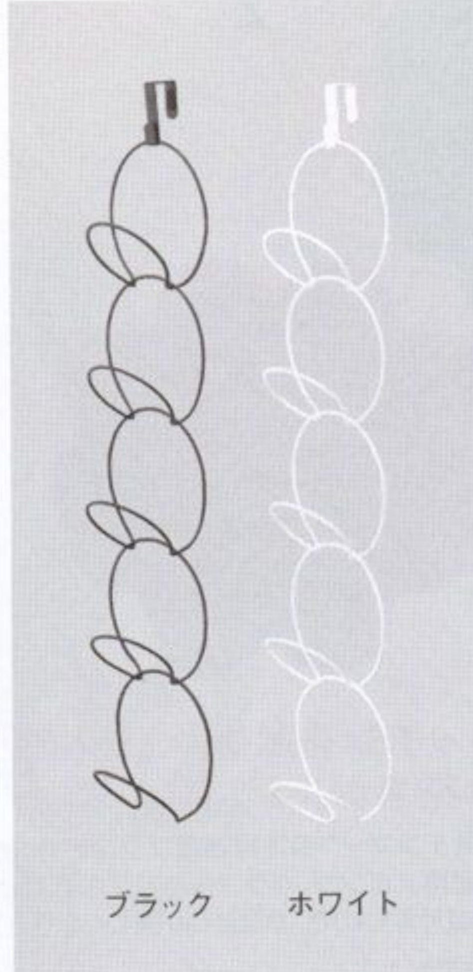
使うときだけパッと開いて どんどん収納。お部屋をすっきりと。

ポップアップ式の収納ボックスだから、面倒な組み立ては不要。シックなカラーで、適度なシースルーだから、中身が丸見えにならず、お部屋のインテリアにしっくりとなじみます。使わないときは、コンパクトに折りたため、スペースを有効に使えます。



コンパクトに折りたためます

❼マジックバッグ
[M] ¥1,400(税込 ¥1,470)
ホワイト NO.58-027-03
ネイビー NO.58-027-04
ブラウン NO.58-027-05
[L] ¥1,700(税込 ¥1,785)
ホワイト NO.58-027-06
ネイビー NO.58-027-07
ブラウン NO.58-027-08
[XL] ¥2,200(税込 ¥2,310)
ホワイト NO.58-027-09
ネイビー NO.58-027-10
ブラウン NO.58-027-11
材質／（本体）ナイロン、（中敷・芯材）ポリエステル。サイズ／（M）幅 30.5 ×奥行き 30.5 ×高さ 30.5cm、（L）幅 35.6 ×奥行き 35.6 ×高さ 35.6cm、（XL）幅 40.6 ×奥行き 40.6 ×高さ 40.6cm。中国製。



6



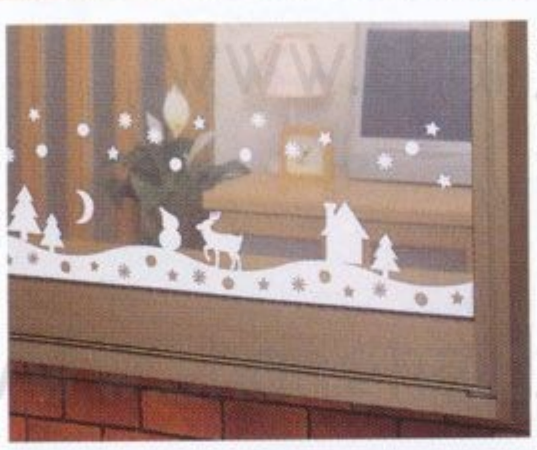
帽子や小物雑貨を 全部まとめて収納。

リングとリングをつなげてドアや壁に吊るすだけ。収納に困る帽子やスカーフ、マフラーなどをまとめて整理できるハンガー。ドアやクローゼットの折れ戸、クローゼット内のポールのほか、付属のネジで留めれば壁にも使えるすぐれ物です。リングは 5 個セットで、つなぐ数は自由にアレンジ OK。

❻ジョイントハンガーリングス
¥1,696(税込 ¥1,780)
ブラック NO.58-027-01
ホワイト NO.58-027-02
材質／スチール（粉体塗装）。サイズ／（ドア用フック使用時）幅 14 ×奥行き 15 ×高さ 86cm。重量／ 400g。耐荷重量／約 2.5kg。セット内容／リング 5、ドア用フック・S 字フック・木ネジ・緩衝材各 1。ドア・折れ戸の厚さ約 2.7 ～ 3.6cm まで対応。中国製。

9





外から見てもかわいい



シールからはがして自由にレイアウトできます

貼り絵感覚でデコレーション 楽しみながら結露対策。

室内外の温度差が大きい秋冬におすすめの結露シート。不織布が結露をすばやく吸収・蒸発させ、湿気によるカビを防ぎます。シートには、シカやウサギ、木々がかたどられており、窓辺に貼ると森の冬景色が！波型シートとイラストシートを組み合わせて、窓辺のデコレーションを楽しんで。

❾貼り絵タイプの結露シート
¥1,000(税込 ¥1,050)
NO.58-027-14
材質／レーヨン（不織布）。サイズ／（1 シート）タテ 23 ×ヨコ 15.5cm。シート 6 枚（波型シート 4・イラストシート 2）セット。日本製。

8



5 段 組立式



8 段

散らかりがちな 書類や小物は 分類収納して リビングを整とん。

何かとたまるリビングの書類や小物の整理整とんはおまかせ！A4 サイズまで入り、5 段タイプは高さ 8.4cm の引き出しが 5 段。8 段タイプは高さ 8.4cm が 3 段さらに高さ 4.8cm の薄型 5 段がセットされているので、より細かい分類におすすめです。天然木のような上質感あふれる風合いとスチールの組み合わせが上品。掃除のときも移動がラクなキャスターつきです。

❽木製 A4 引き出しワゴン
[5 段] ¥13,143(税込 ¥13,800)
NO.58-027-12
[8 段] ¥15,048(税込 ¥15,800)
NO.58-027-13
材質／ MDF（PVC 貼り）・スチールパイプ（粉体塗料）。サイズ／（5 段）幅 30.5 ×奥行き 38.5 ×高さ 71.5cm、（8 段）幅 30.5 ×奥行き 38.5 ×高さ 87.5cm、（引き出し内寸）（小）幅 24.5 ×奥行き 31.8 ×高さ 4.8cm、（大）幅 24.5 ×奥行き 31.8 ×高さ 8.4cm。重量／（5 段）約 7kg、（8 段）約 9kg。耐荷重量／約 10kg（天板）。キャスター 4 個（うち 2 個ストッパー）つき。台湾製。

蝴蝶网 hudie.com
www.shanghaidz.com

 組立式 組み立てる前の形でお届けする商品です。お客さまに組み立てていただきますのでご了承ください。

蝴蝶网 hudie.com





❷rice（ライス）お花のスポンジ6個セット
¥1,100(税込¥1,155)
NO.58-028-04
材質／ポリウレタン。サイズ／直径 8.5 ×厚さ 3cm。3色各2の6個セット。中国製。

キッチンを彩るキュートなお花スポンジ

北欧デンマークの注目雑貨ブランド rice の食器用スポンジ。カラフルなお花の形がとってもかわいいので、お皿洗いが楽しくなりそう。

❶ちょうちょの皿つまみ 2個組
¥900(税込¥945)
ピンク　NO.58-028-01
ブルー　NO.58-028-02
イエロー　NO.58-028-03
材質／エラストマー・ゴム磁石。サイズ／幅 5 ×奥行き 7.4 ×高さ 7cm。同色 2 個組。磁石つき。中国製。

チンした熱いお皿の取り出しも安心

加熱して熱くなったお皿も、ちょうちょの羽でつまめばラクに取り出せます。裏には磁石がついているので、使用しないときは電子レンジの側面や冷蔵庫などに留められます。羽の内側には滑り止めがついています。





❹グローバブルズグローブ
¥2,200(税込¥2,310)
レッドギンガム　NO.58-028-11
ピンクドット　NO.58-028-12
ライムギンガム　NO.58-028-13
レッドチェリー　NO.58-028-14
材質／天然ゴム。サイズ／約長さ 34cm。吊り下げ用フックつき。ホンジュラス製。

こんなおしゃれなグローブがあれば家事がもっと楽しくなりそう

アメリカのテレビドラマでも使用され、爆発的人気となったファッショナブルなゴム手袋。これを使えばキッチンでの洗い物やお部屋の掃除、ガーデニングや洗車など、いつもの作業がもっと楽しくなりそう。手のひらには滑り止め加工が施されていて、使いやすさも兼備しています。

❸メッシュストレージ
[M] ¥880(税込¥924)
ピンク　NO.58-028-05
オレンジ　NO.58-028-06
グリーン　NO.58-028-07
[L] ¥1,200(税込¥1,260)
ピンク　NO.58-028-08
オレンジ　NO.58-028-09
グリーン　NO.58-028-10
材質／ナイロン・EVA 樹脂・ポリエチレン・銅、(吸盤)ポリ塩化ビニール。サイズ／(M)幅 15.6 ×奥行き 9 ×高さ 11.4cm、(L)幅 26.8 ×奥行き 10.1 ×高さ 21cm。耐荷重量／(M) 1.5kg、(L)2kg。吸盤 2 個つき。中国製。
※タイルにとりつける場合、目地やコンクリート、スリガラス等吸盤ととりつけ面の間に空気が入る場合にはとりつけ困難です。

水まわりを楽しく演出する活用度大のメッシュボックス。

キッチンやバスルームなどの水回りの小物を片づけるのに便利。ナイロンメッシュ素材なので自然に水切りができて衛生的です。吸盤タイプなので、シンクやタイルにぴたっととりつけも簡単。M はスポンジなどの小物に、L はおもちゃ収納にぴったりの大きさです。

www.shanghaidz.com



❺プラスチックバッグディスペンサー
[S] ¥1,400(税込¥1,470)
ブルー　NO.58-028-15
オレンジ　NO.58-028-16
グリーン　NO.58-028-17
ピンク　NO.58-028-18
[L] ¥1,800(税込¥1,890)
ブルー　NO.58-028-19
オレンジ　NO.58-028-20
グリーン　NO.58-028-21
ピンク　NO.58-028-22
材質／ナイロン・アルミニウム・マグネット・ポリエチレン。サイズ／ (S)タテ 34.5 ×ヨコ 15.5 ×マチ 8cm、(L) タテ 38.5 ×ヨコ 25 ×マチ 12cm。中国製。

かさばりがちなレジ袋をスマートかつ機能的に収納。

スーパーなどのレジ袋をすっきりと収納できます。背面にマグネットがついているので、冷蔵庫などに簡単にとりつけ可能。S 字フックなどにかけられるハトメもついています。S と L をセットで使えば、サイズ別にわけられて便利。キッチンをおしゃれに彩るビビッドカラーが新鮮。

rice

デンマーク発。注目ブランド「rice」のおしゃれキッチン雑貨

雑貨好きのママたちの間で人気急上昇中の「ライス」から、
メラミン製のテーブルウェアを集めました。
ライスならではのツヤ感と絶妙なパステルカラーが、
テーブルをぱっと明るく、ごはんやおやつタイムを
より一層楽しく演出してくれます。
割れにくく軽いので、子どもにも扱いやすいのが嬉しい。

01

毎日の食卓で活躍度の高い平皿を大・小2サイズでご用意。お天気のいい日はピクニックに持っていきたい。



ライトピンク



ライトパープル　ライトグリーン



ライトグリーン

02



ライトピンク　ライトパープル

❶rice メラミンディナープレート
¥1,500(税込 ¥1,575)
ライトピンク　NO.58-029-01
ライトパープル　NO.58-029-02
ライトグリーン　NO.58-029-03
材質／メラミン樹脂。サイズ／直径25cm。タイ製。

❷rice メラミンサイドプレート
¥1,200(税込 ¥1,260)
ライトグリーン　NO.58-029-04
ライトピンク　NO.58-029-05
ライトパープル　NO.58-029-06
材質／メラミン樹脂。サイズ／直径20cm。タイ製。

03





手に収めたときのツルリとした感触が気持ちいい。メラミン製なので口当たりがやさしく、熱いものを入れても手で持てます。子どもにも使いやすい小さめサイズ。

❸rice メラミンカップ6個セット
¥3,300(税込 ¥3,465)
NO.58-029-07
材質／メラミン樹脂。サイズ／口径7×高さ7.5cm・容量280mℓ。6色各1の6個セット。タイ製。

04



ライトパープル



ライトピンク　ライトグリーン

ほころびかけたつぼみのような優雅なフォルムのボウル。色艶がとてもきれいで、見ているだけでうっとりしてしまいそう。シリアルやスープ、カレーなどにどうぞ。

❹rice メラミンボウル
¥1,600(税込 ¥1,680)
ライトパープル　NO.58-029-08
ライトピンク　NO.58-029-09
ライトグリーン　NO.58-029-10
材質／メラミン樹脂。サイズ／直径19×高さ5.5cm。タイ製。

05



カップやプレートとお揃いで使いたいスプーンセット。口に入れたときの冷たさがないのが嬉しい。

❺rice メラミンスプーン6本セット
¥1,300(税込 ¥1,365)
NO.58-029-11
材質／メラミン樹脂。サイズ／長さ14cm。6色各1の6本セット。タイ製。

06



フラワーセット　チェリーセット

北欧らしい鮮やかな柄がとってもキュート。それぞれ雰囲気の違う3枚をセットでお届けします。リビングで小物置きとして使ってもすてき。

❻rice メラミントレイ3枚セット
¥4,800(税込 ¥5,040)
フラワーセット　NO.58-029-12
チェリーセット　NO.58-029-13
材質／メラミン樹脂。サイズ／タテ22×ヨコ30cm。3柄各1の3枚セット。タイ製。

www.shanghaidz.com 蝴蝶网

 ※このページの商品は、電子レンジ、オーブン、食器乾燥機の使用はできません。

蝴蝶网
hudie.com

もっともっと
親子時間を楽しもう！

寒さに向かうこの季節、おうちで過ごす親子の時間を見直してみませんか。どこへもお出かけしなくても大丈夫。楽しみ方のスパイスをほんの少し効かせるだけで、わくわくする素敵な親子時間が、ほら出来上がり。



1 オーブンで焼いて作る簡単でヘルシーなドーナツ。

ホットケーキミックス生地を型に流し入れ、オーブンで20分焼くだけ。油を使わないベイクドドーナツなので安全で、初めてのお菓子づくりにもぴったり。かわいいデコレーションも楽しめます。

❶ベイクドーナツ型
¥1,500(税込 ¥1,575)
NO.58-030-01
材質／鉄(シリコーンポリエステル樹脂焼付塗装)。サイズ／タテ 26 ×ヨコ 17.9 ×高さ 2.3cm。中国製。

ママもワタシも名パティシエ

おいしさはもちろん、
かわいさにもこだわった手づくりに挑戦！



2 かわいいクマ型の食パンがおうちで焼けます。

パン生地を入れてオーブンで焼くだけ。1 斤分のクマ型食パンが作れます。生地の色やデコレーションでさまざまな表情を楽しめるので、子どもは大喜び。おいしい傑作、親子でいっぱい作ってみませんか。



❷クマの食パン型
¥1,800(税込 ¥1,890)
NO.58-030-02
材質／鉄(アルミニウムメッキ)。サイズ／タテ 15.1 ×ヨコ 15.1 ×高さ 9.5cm。日本製。

3



ジャッキーの顔とおうち型のクッキーが作れるよ！

子どもに使いやすいサイズをそろえた、本格的な気分が味わえるクッキングセット。大好きなジャッキーのクッキーがじょうずに焼けるレシピつき。

❸くまのがっこう ジャッキーのクッキングセット
¥3,000(税込 ¥3,150)
NO.58-030-03
材質／ポリプロピレン・ポリエチレン・ポリスチレン・ABS 樹脂ほか。サイズ／（抜き型）(最小)：幅 5 ×奥行き 5 ×高さ 1.7cm、(最大)：幅 6.8 ×奥行き 6 ×高さ 1.7cm、(ボール)口径 15 ×高さ7cm。セット内容／抜き型6・計量カップ 2(大・小各1)、計量スプーン 3、こし器・へら・スプーン・スクープ・ハケ・ボール・あわ立て器・めん棒・粉ふるい各 1。レシピつき。電子レンジ・食器洗い機での使用不可。ST マークつき。中国製。

4





ミッフィーたちのいろいろな形が楽しい抜き型セット。

ミッフィーやボリスたちが作れる抜き型 10 種類が入っています。焼きあがったら、お顔やお洋服をチョコペンなどでお絵描きしてみても楽しいね！

❹ミッフィー クッキー抜き型缶セット
¥1,500(税込 ¥1,575)
NO.58-030-04
材質／ポリプロピレン・鉄。サイズ／（ミッフィー・顔）タテ 6.5 ×ヨコ 5 ×高さ 1.5cm。(抜き型) 10 柄各 1 の 10 個セット。ケースつき。中国製。



缶ケースつき

Illustrations Dick Bruna © copyright Mercis bv,1953-2009
www.miffy.com

www.shanghaidz.com





大好きなメロンパンとチョコココロネを作っちゃおう。

クッキー生地を押しつけるとメロンパンの格子模様がつくメロンパン型と、パン生地を細く伸ばして巻きつけるコロネ型のセット。アイディア次第で、かわいいバリエーションも楽しめます。



❺チョコココロネ＆メロンパン型セット
¥930(税込 ¥976)
NO.58-031-01
材質／ステンレススチール・ポリプロピレン。サイズ／(チョコココロネ型)タテ 14.9 ×ヨコ 3 ×高さ 3cm、(メロンパン型)タテ 12 ×ヨコ 12 ×高さ 2.7cm。セット内容／チョコココロネ型 3、メロンパン型 1。日本製。

7つのパンを自由に使っておやつの準備が簡単ラクチン。

直径約 7.5cm のミニパンケーキが一度に 7 枚も焼けるパンケーキパン。フッ素樹脂加工により、少量の油でふっくらときれいに焼き上げます。目玉焼きやベーコンなども同時に焼けるので、朝食やお弁当の準備にも活躍しそう 。



❻シルバーダラー パンケーキパン
¥5,600(税込 ¥5,880)
NO.58-031-02
材質／（本体）アルミニウム、(持ち手)フェノール樹脂。サイズ／直径 27 ×厚さ1.3cm、持ち手長さ 18cm。重量／約 900g。アメリカ・ノルディックウエア社。アメリカ製。





© Disney
Based on the "Winnie the Pooh" works by A.A. Milne and E.H. Shepard.



押し型を押し中身をはさみます → 枠をギュッと押して抜くと… → パック型サンドの出来上がり

楽しさギュギュッと！ キャラクターのサンド。

大人気のパック型サンドがディズニーのキャラクターで作れるキット。プーさんやスティッチの押し型で押したパンをトースターで焼くと、かわいい表情のホットサンドも作れます。

❽ディズニー キャラサンド
¥1,200(税込 ¥1,260)
くまのプーさん　NO.58-031-04
スティッチ　NO.58-031-0[illegible]
材質／ポリプロピレン・スチロール樹脂。サ[illegible]ズ／(サンドイッチ枠)タテ 11.3 ×ヨコ 1[illegible]×高さ 3.[illegible]
セット内容／(くまのプーさん)サ[illegible]イッチ[illegible]1、プー・ピグレット押し型各 1、(スティッチ)[illegible]ドイッチ枠 1、スティッチ押し型 2。日本製。 [illegible]印(株)



© Disney



お弁当にもぴったり



好きな抜き型で食パンを抜きます → カップに入れて形を整えます → 焼き色を見ながら加熱します

おやつに料理に大活躍のパンカップが簡単に作れます。

薄型の食パンを花型・丸型・冠型の抜き型で抜き、オーブントースターでチン！デザートにも料理にも自由自在にアレンジできるので、親子で楽しくデコレーションして食べちゃいましょう。



❼フラワリーパンカップ
¥1,200(税込 ¥1,260)
NO.58-031-03
材質／(抜き型)ポリプロピレン、(カップ)アルミ。サイズ／(抜き型)(花)約タテ 12 ×ヨコ 9.5 ×高さ 3cm、(丸)約タテ 11 ×ヨコ 10 ×高さ 3cm、(冠)約タテ 9.5 ×ヨコ 9.5 ×高さ 3cm、(カップ)タテ 8 ×ヨコ 8 ×高さ 4cm。セット内容／抜き型 3(花・丸・冠各 1)、カップ 3。レシピつき。中国製。

www.shanghaidz.com

パーティーみたいにウチごはん

じょうずにできたらお友達を招いて、
驚かせちゃうのもたのしいね。



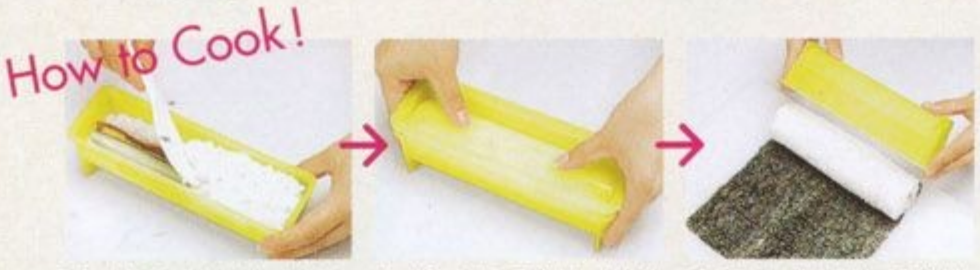
1



子どもが大好きなのり巻きが簡単！きれい！に作れます。

ごはんと具を詰めてポンと押し出し、のりを巻くだけ。定番の太巻きと子どもが食べやすい細巻き、かわいいハート巻きが、簡単に作れます。家族みんなの好きな具を用意して、さあ、のり巻きパーティー始めましょう！

How to Cook!



具の上からごはんを本体のすりきりまで軽く均等にいれます → 上からふたでごはんを本体中段まで押します → 底のヒンジを押してごはんをとり出し、のりを巻きます

コレでできちゃう！



❶ハート＆太＆細巻きセット
¥1,700（税込 ¥1,785）
NO.58-032-01
材質／ポリプロピレン。サイズ／（ハート）約タテ 20.3 ×ヨコ 6.5 ×高さ 6.5cm。食器洗い機での使用不可。日本製。

2







ウズラのたまごがかわいい動物たちに変身！

ウズラのたまごやソーセージをかわいくデコレーションしましょう！ 抜き型・白身をギザギザにカットできるV字カッター・のりパンチのセット。わかりやすいレシピつきなので初めてのママも安心。ホームパーティーやお弁当が、いちだんとにぎやかに楽しくなることうけあいです。

コレでできちゃう！



❷ウズラカッター ピッコロン
¥1,200（税込 ¥1,260）
NO.58-032-02
材質／ポリスチレン・亜鉛・ABS 樹脂・ステンレス鋼。サイズ／（V 字カッターつき抜き型）タテ 13 ×ヨコ 11 ×高さ 2cm。セット内容／抜き型 2（2 柄各 1）、V 字カッター・のりパンチ各 1。レシピつき。食器洗い機での使用不可。中国製。

4



ハム＆メロン





ラズベリー



中心部にお皿をのせてそのままテーブルにだしてもOK

パーティ気分が盛りあがるジュエリーみたいなカラフルピック。

オードブルやフルーツに欠かせないピックも、とびきりかわいいデザインをチョイス。ちょっとした小物ひとつで、ホームパーティーをさらに楽しく演出できます。

❹パーティーピックス
¥2,200（税込 ¥2,310）
ハム＆メロン　NO.58-032-04
ラズベリー　NO.58-032-05
材質／ABS 樹脂。サイズ／直径 19 ×厚さ 2cm、（1 本）全長 8cm。ピック 30 本セット。アメリカ・タリスマンデザインズ社。中国製。

3









直接ごはんがすくえるハンドルつきで手が熱くなりません

パーティープレートの主役はかわいいおにぎりでキマリ！

顔の面が斜めに握れて、盛りつけしたときにかわいさバツグン！ のおにぎり型。アレンジしやすいクマ・ネコ・ウサギの型を揃えました。1 個あたり約 50g なので、2 個で園児 1 食分と、お弁当にも大活躍です。

コレでできちゃう！



❸にぎっ手みてみてもっとみて
¥934（税込 ¥980）
NO.58-032-03
材質／ポリプロピレン。サイズ／（クマ）タテ 5（ハンドル含まず）×ヨコ 5 ×高さ（最大） 5cm。3 型各 1 の 3 個セット。食器洗い機での使用不可。中国製。

www.shanghaidz.com







パンと一緒に焼けるので、朝食時にも重宝



5

華やかなパーティー料理もトースターでお手軽クッキング。

さまざまなメニューがトースターで作れる便利プレート。Sサイズは1人用、Lサイズは家族用にぴったり。付属のコルクマットを敷いてそのまま食卓に出せるおしゃれなデザインもポイント。充実のレシピつきです。

❺トースタープレート
[S] ¥1,000(税込 ¥1,050)
イエロー　NO.58-033-01
クリーム　NO.58-033-02
レッド　NO.58-033-03
[L] ¥3,000(税込 ¥3,150)
イエロー　NO.58-033-04
クリーム　NO.58-033-05
レッド　NO.58-033-06
材質／耐熱陶器。サイズ／(S)タテ 11.5×ヨコ 16×厚さ 3cm、(L)タテ 19.5×ヨコ 25×高さ 3.5cm。コルクマット・レシピつき。オーブントースター・オーブン・電子レンジ・直火可。中国製。

6



ピクニックやバーベキューなどアウトドアで



ホームパーティーにも



※ペットボトルは商品には含まれません

ピクニック気分で外ごはん

今日はお庭のテーブルで、いつもよりゆっくりとランチを楽しんじゃおう。

ペットボトルがそのまま使える便利なサーバー。

外ごはんにもホームパーティーにも、1台あると大活躍！ ペットボトルのキャップを専用サーバーにつけかえて、本体にセット。コックレバーを倒すだけで、子どもにも失敗なく飲み物が注げます。ドリンクバー気分が楽しめるので、ママがいちいち注いであげなくても子どもたちが自分でやりたがること間違いなし。1～2ℓまでの丸型・角型のペットボトルに対応します。

❻ペットサーバー ヨーデル
¥2,980(税込 ¥3,129)
グリーン　NO.58-033-07
ピンク　NO.58-033-08
材質／ポリプロピレン・ナイロンほか。サイズ／約幅 20×奥行き 23.3×高さ 27cm。アダプターつき。日本製。
※果肉入りの飲料は使用しないでください。詰まる恐れがあります。
※炭酸飲料でのご使用の際には、コックレバーの調整が必要となります。取扱説明書をご確認のうえご使用ください。

7







最上段の容器にはとりはずし可能な仕切りケースがセットされています

❼Colors(カラーズ) ピクニックケース
¥1,886(税込 ¥1,980)
[長型2段] グリーン　NO.58-033-09
イエロー　NO.58-033-10
ピンク　NO.58-033-11
[角型3段] グリーン　NO.58-033-12
イエロー　NO.58-033-13
ピンク　NO.58-033-14
材質／ポリプロピレン・ポリエチレン。サイズ／(長型2段)幅 31.7×奥行き 22.6×高さ 15.5cm、(角型3段)幅 24.4×奥行き 22.6×高さ 22.3cm。容量／(1段あたり)(長型2段)3.7ℓ、(角型3段)2.7ℓ。セット内容／(長型2段)フタつき容器2、仕切りケース5、固定ゴムバンド1 (角型3段)フタつき容器3、仕切りケース4、固定ゴムバンド2(1本は2段使用時用)。電子レンジ・(フタのみ)食器洗い機での使用不可。日本製。

「家族みんなで外ごはん」にぴったりのたっぷりサイズ。

目にもおしゃれな彩りで、お弁当づくりがますます楽しくなりそうなピクニックケース。容器をいくつも用意しなくても、これひとつでたっぷり入る容量が魅力です。一段ずつでも使えるので、普段は料理の保存などにもどんどん活用しちゃいましょう。最上段は小分け用に便利な仕切りケース入り。重ねて持ち運びできるベルトつきです。





生地アップ

アウトドアの必需品！ゴツゴツしない座り心地です。

家族のお出かけに必携のレジャーシート。表はひんやり感のないソフトなアクリル生地、裏面は防水シートなのでぬれた地面でも水がしみてくることがなく、汚れ落としも簡単です。LLは、家族4人でお弁当を広げられるゆとりのサイズです。

❽ふわふわレジャーマット
[M] ¥1,400(税込 ¥1,470)
NO.58-033-15
[LL] ¥1,900(税込 ¥1,995)
NO.58-033-16
材質／(表地)アクリル、(裏地)アルミ・発泡ポリエチレン。サイズ／(広げたとき)(M)タテ 110×ヨコ 150cm、(LL)タテ 170×ヨコ 150cm。中国製。

8



www.shanghaidz.com

肌に沿って転がすだけでつるつる肌に。

お化粧ノリを悪くする顔のうぶ毛をきれいに除去できるローラーです。極細ステンレス製マイクロスプリングが回転しながら、うぶ毛をキャッチして根もとからからめとります。コロコロ転がすだけのカンタン操作で、ワントーン明るいつるつるお肌に。足・腕用もご用意しました。



ステンレス製マイクロスプリングがうぶ毛をくまなくキャッチ！



極細マイクロスプリングが回転しながら、細かいうぶ毛をはさみこみ抜いていきます。



化粧のノリが変わる！

うぶ毛のない肌はファンデーションの粒子が均一に伸び、化粧ノリもよくなります

※一例です

2



顔用
（微細なうぶ毛に）

足・腕用
（太く、長めのうぶ毛に）

❷うぶ毛エピローラー
¥1,886（税込 ¥1,980）
顔用　NO.58-034-02
足・腕用　NO.58-034-03
材質／ABS 樹脂・ステン レス合金。サイズ／約幅 4.8 ×奥行き 2.3 ×高さ 10cm。日本製。

自宅で簡単に毛穴ケア ぴかぴか小鼻にする不思議な水。

エスティティシャンもおすすめ。イヤな小鼻の皮脂や汚れを、自宅できれいにケアできる不思議な水「高電解水」。コットンに含ませてお鼻の上に約 15 分のせると皮脂が出てきます。それを付属の吸引カップで吸いとるだけ。エステで評判の施術がホームケアで簡単にできるすぐれものです。



エステで評判の施術をホームケアキットに応用しました



※一例です

自宅でもできる毛穴ケアをぜひお試しください



顔専門エステティックサロン「アップルマインド」瑞江店店長
半田佳苗さん

毛穴ディープクリアウォーターは、ブラックヘッドなど毛穴の皮脂汚れがきれいにとり除ける簡単ケア。お客さまからも毛穴がきれいになり、お化粧のノリがよくなったと大好評です。成分が水（高電解水）なので肌にも安心です。

1



吸引カップつき

❶毛穴ディープクリアウォーター
¥4,572（税込 ¥4,800）
NO.58-034-01
成分／水（高電解水）。材質／（吸引カップ）天然ゴム・AS 樹脂。サイズ／直径 4.5 ×長さ 9cm。容量／100mℓ 。吸引カップつき。取扱説明書つき。日本製。

韓国シェアナンバーワン！ ハンスキンの B.B クリーム日本上陸。

くすみや色むら、凹凸をカバーし、肌に自然な透明感を演出するクリーム。化粧下地、日焼け止め、コンシーラー、ファンデーション、美容液、保湿クリームの 6 つをこれひとつで実現します。有名女優がこぞって使用していることから「芸能人クリーム」とも呼ばれています。



※一例です

4



ハンスキン B.B クリーム
イメージタレント ユンソナさん



❹ハンスキン B.B トータルクリーム
¥4,700（税込 ¥4,935）
NO.58-034-07
成分／水・BG・ジメチコン・安息香酸アルキル（C12-15）・グリセリン・ラウリン酸ヘキシル・ミリスチン酸イソプロピルほか。容量／50mℓ 。SPF30・PA ＋＋。韓国製。

眠っている間に手がすべすべに！

クリームでケアした手にはめて寝ると、翌朝には驚くほどなめらかに！ 保湿効果を高めてくれるグローブです。特殊繊維の配合により、伸縮性にすぐれ、ぴったりとフィットして着け心地も◎。ハリウッド女優やモデルが手先のケアに愛用している、ビバリーヒルズ生まれのアイテムです。

3



フローラル

アクセサリー



ハート

❸モイスチャー グローブ
¥2,500（税込 ¥2,625）
ハート　NO.58-034-04
アクセサリー　NO.58-034-05
フローラル　NO.58-034-06
素材／綿 93%・スパンデックス 7%。サイズ／約長さ 19cm。アメリカ製。洗たく機。

シャンプー後に、リンスのように気軽に使えるヘアカラー。

サロン向け染髪料の老舗メーカーが敏感肌の方に向けて開発したヘアカラーです。市販のヘアカラーの多くが、化学染料を髪に浸透させて染めるのに対し、髪の表面に色素をイオンで定着させるので髪や地肌を傷めません。シャンプー後、リンスのように髪になじませて洗い流すだけで OK。さらに天然植物成分が、キューティクルを引き締め、髪にコシとツヤを与えます。



6



※人毛の白髪見本をブラウンで染髪





ブラック　ブラウン

❻香草カラー トリートメント
¥2,500（税込 ¥2,625）
ブラック　NO.58-034-09
ブラウン　NO.58-034-10
成分／水・セタノール・メドウフォーム油・ゼニアオイエキス・クララエキス・ローズマリーエキス・シラカバ樹皮エキス・カミツレエキス・アルギニン・尿素・フェノキシエタノール・[illegible]・クチナシ青・[illegible] 99・[illegible] 57 ほか。容量／約 140 g 。日本製。

ご家庭で歯の汚れをケア。

歯ブラシにつけてしっかりブラッシング。すると歯についた汚れが落ち、白くつややかな歯へ。歯の裏にべったりついていた着色汚れも徐々にすっきりと。タバコを吸うかたにもおすすめです。研磨剤を使っていないので歯を傷つける心配もありません。

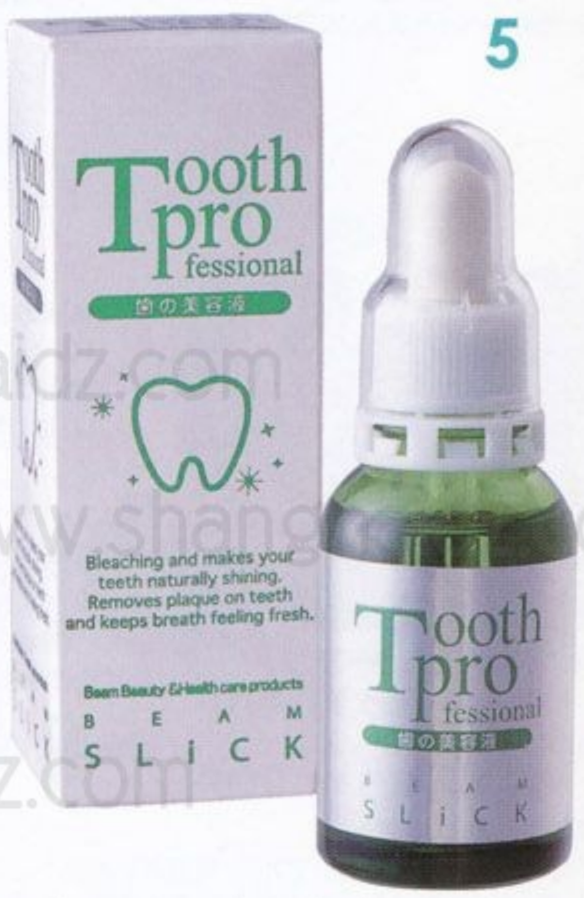


※一例です



※一例です

5



❺トゥース プロフェッショナル
¥3,800（税込 ¥3,990）
NO.58-034-08
成分／水・グリセリン・グリチルリチン酸 2K・セイヨウハッカ油ほか。容量／20mℓ 。日本製。

www.shanghaidz.com
hudie.com

サッとかぶれて急な外出にも便利！
毎日使いに重宝する秋冬帽子



もこもこふわふわの感触がウォーム感いっぱい。
秋冬のおしゃれにぴったり。



つばの向きを変えればフェミニンにもカジュアルにも

この季節のファッションに加えたいニット帽子とアームウォーマー。帽子はファー飾りの位置を変えたり、つば部分を後ろにしてかぶると違った印象に。アームウォーマーは、七分袖のお洋服にアクセサリー感覚で。2 つお揃いで身につけると、さらにキュートです。



❸❹共通
生地アップ

3



❸変身ニット帽
¥3,600(税込 ¥3,780)
NO.58-035-05
素材／アクリル 70%・ポリエステル 30%。サイズ／頭囲約 56 ～ 59cm に対応、(つば) 最長約 6cm。ファー飾りはとりはずし可。中国製。手洗い。

4



❹もこもこアームウォーマー
¥1,886(税込 ¥1,980)
NO.58-035-06
素材／アクリル 70%・ポリエステル 30%。サイズ／全長約 39cm。中国製。手洗い。

今年の流行素材がステキ。軽く暖かく、小顔効果も。

1



ベージュ系



チャコール系

❶コサージュつきツイード帽子
¥4,477(税込 ¥4,700)
ベージュ系　NO.58-035-01
チャコール系　NO.58-035-02
素材／ウール 60%・ポリエステル 28%・アクリル 8%・ナイロン 2%・レーヨン 2%。サイズ／頭囲約 56 ～ 58cm に対応、(つば) 最長約 11.5cm。後部ゴム入り。コサージュはとりはずし可。日本製。手洗い。



生地アップ



今年流行の肉厚のツイード素材を使い、高級感あふれる印象。後ろにゴムが入ったゆとりのあるフォルムで、広いつばが小顔効果を演出します。おしゃれのアクセントにひとつは持っておきたい帽子です。

どんなファッションにもマッチし、活用度はバツグン。

くしゅくしゅっとかぶれるふんわりニット帽子は、小顔効果を意識したデザイン。コサージュのつけはずしで、カジュアルにもフェミニンにも印象を変えられます。これからの季節のおしゃれにプラスして。

2



ブラウン系



生地アップ



ブラック系



❷あったかニット帽子
¥3,715(税込 ¥3,900)
ブラウン系　NO.58-035-03
ブラック系　NO.58-035-04
素材／アクリル 70%・毛 30%。サイズ／頭囲約 56 ～ 59cm に対応、(つば) 最長約 6.5cm。コサージュはとりはずし可。日本製。手洗い。

通信販売のご案内[ご注文からお届けまで]

■インターネットで　**http://www.s-direct.co.jp/**
インターネット 2%割引サービス実施中！ぜひご活用ください。

■専用ハガキで　**とじ込みのご注文専用ハガキをご利用ください。**

■お電話で　**0120-025-935**
(ご注文専用電話番号)
※携帯電話・PHS からは 03-5952-0822
受付時間…9:00AM ～ 6:00PM(受付期間中は無休、ただし年末年始は休業)

〈お支払い方法〉
①**代金後払い**(お届け後 7 日以内に同封の専用払込取扱票で、郵便局か記載のコンビニエンスストアにてご送金下さい)
お申し込み金額が 7 万円(税込)以上(初めてご注文のお客さまは 3 万円(税込)以上)の場合、②③のお支払い方法でお願い致します。
②**宅配代引き**(お届け時に代金引き替えお支払い)
メーカー直送品および 5,000 円(税込)未満のご注文はこの扱いができませんので①③をご指定下さい。
③**クレジット**(ご指定の銀行口座引き落とし)
JCB、UC、VISA、DC、Master Card、NICOS、JACCS の各社になります。
※直送品のみ、または直送品を含むご注文の場合、ご請求書はメーカーからの発送を確認後、後日(2 ～ 3 週間後) 別送にてお届けしますのでご了承下さい。

〈荷造送料〉
荷造送料の一部として 1 回のご注文で送り先 1 ヵ所につき 500 円ご負担いただきます。1 回のお申し込み合計金額が 1 万円(税込)以上の場合は、送り先 1 ヵ所に限り送料無料です。送り先が複数の場合は別途いただきます。

〈お届けまでの期間〉
ご注文日から(ハガキの場合は当社到着後) 約 1 ～ 3 週間前後かかりますのでご了承下さい。

〈ご注文の受付期間〉
2010 年 1 月 10 日(日)まで

〈返品について〉
不良品・破損品は、当社負担でおとりかえいたします。お客さまのご都合による返品は、7 日以内にお願い致します。ただし、荷造送料(500 円)と返送料はご負担をお願い致します。精算書と同封されている返品カードをご利用下さい。

〈返品先〉〒 221-0036　神奈川県横浜市神奈川区千若町 3-1
ケイヒン配送(株)内　(株)主婦の友ダイレクト 返品係

〈ご注文後のお問い合わせは〉
主婦の友ダイレクトサービスセンター　0120-025-937　※携帯電話・PHS からは ☎03-5952-0435
営業時間…9:00AM ～ 6:00PM(年中無休、ただし年末年始は休業)

★ご注文の際には、商品番号XX - XXX - XXのご記入をお忘れなく。★商品は、本体価格(税込価格)で表示してあり、税込価格でのご精算となります。★商品は豊富に用意してありますが、品切れの場合はご容赦下さい。

〈お客様の個人情報について〉
お客様のお名前・ご住所などの個人情報は、商品の発送、アフターサービスのためのご連絡のほか、カタログや DM の送付、サービス情報のご連絡、各種プレゼントの発送、編集記事への協力依頼のご連絡などに使用させていただく場合がございます。もしも、ご希望されない場合、また、お名前・ご住所などの変更・訂正・削除をご希望の場合は、サービスセンターまでご連絡をお願いします。

蝴蝶网 nudie.com
www.shanghaidz.com

11月号特別付録　平成21年10月1日発売　©主婦の友社2009　編集◇伊藤清　発行◇斎藤



学年No.1のあの子って実は右脳?!



幼児教育における右脳開発の第一人者
七田 眞先生監修

勉強、運動・・・なにをやらせてもNo.1。そんな友だち近くにいませんでしたか?

思いやりもあるからいつもクラスの中心。そういう子はほかの子となにが違うんでしょう。たとえば、みんなが丸1日かかって覚える英単語を1時間で覚えてしまったら?数字を見ただけで瞬時に計算ができたら?試合でうまく結果を出せる自分をイメージできて、そのとおりに体が動いたら?こうした能力は右脳の力によるもの。右脳が活発に働いている幼児期に適切なトレーニングを行えば、誰でもその力を発揮できるようになるのです。「はっぴぃタイム」は、上質な右脳トレーニングが手軽にできる七田式家庭学習システム。1日わずかの取り組みで、お子さまの能力をぐんぐん引き出します。

「はっぴぃタイム」は



「はっぴぃタイム」は七田 眞先生監修のもと、しちだ・教育研究所と主婦の友ダイレクトが共同開発したオリジナル教材。右脳教育40年の実績を誇る七田式を、より多くのご家庭で取り組んでいただけるよう開発されました。年齢に合わせて2つのコースよりお選びください。

2歳から4歳向けコース　入園前のお子さまに　はっぴぃタイム

右脳を育むドッツはもちろん、国旗、身近なものの名前、小学1年生の漢字のフラッシュなど、ほかの通信教育にはないバラエティ豊かな内容。親子で取り組める、心と脳をバランスよく育てるプログラムです。



毎月のお届け内容(全12回)
- ★DVD1枚
- ★ワークブック「もじ+みぎのう」1冊
- ★ワークブック「かず+みぎのう」1冊
- ★オリジナル絵本1冊
- ★情報紙「はっぴぃタイムズ」
- ★情報紙「サバクラブ」
- ★ガイドブック1冊(初回のみのお届け)

4歳から6歳向けコース　そろそろ入学準備のお子さまに　もっとはっぴぃタイム

小学校の必須科目になってくる英語も充実し、基礎学力も備わる右脳教育教材。「自然と学習習慣が身についた」と、会員さんから喜びの声も続々。学校の授業が楽しくなれば学校生活もエンジョイできます。



毎月のお届け内容(全12回)
- ★DVD1枚
- ★ワークブック「もじ+みぎのう」1冊
- ★ワークブック「かず+みぎのう」1冊
- ★オリジナル付録
- ★情報紙「もっと はっぴぃタイムズ」
- ★情報紙「サバクラブ」
- ★ガイドブック1冊(初回のみのお届け)

www.shanghaidz.com

ご入会申込・資料請求は主婦の友ダイレクト「はっぴぃタイム」事業部へ

電話　0120-838-800　※携帯・PHSからはTEL03-5952-6427　<受付時間>9:00〜18:00(年末年始を除き無休)

インターネット　はっぴぃタイム　検索　<24時間受付>　www.s-direct.co.jp/happytime/

＊ホームページで教材内容を詳しく紹介しています＊



DVDの内容がネットでご覧いただけます。

今なら子育てのヒントが満載のパンフレットを無料で差しあげます。

※お客様情報は、弊社プライバシーポリシーに従い、適切かつ安全に管理します。プライバシーポリシーに関しましては弊社サイト(http://www.s-direct.co.jp/happytime/)をご覧ください。

株式会社 主婦の友ダイレクト はっぴぃタイム事業部　〒102-0074 東京都千代田区九段南2-1-36 青葉第二ビル4階